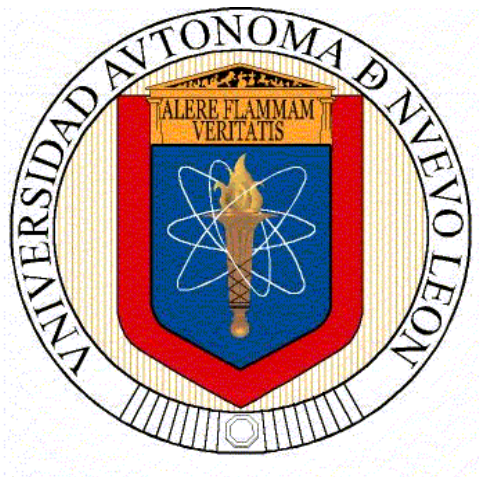


**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL Y DESARROLLO HUMANO**



**TESIS**

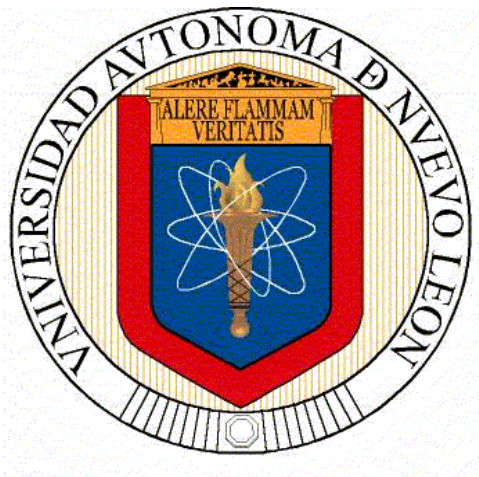
**AUTORRECONOCIMIENTO Y EXPRESIÓN EMOCIONAL DE  
CUIDADORAS DE PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN**

**PRESENTA  
MARÍA TERESA GALVÁN GARZA**

**PARA OPTAR POR EL GRADO DE  
MAESTRÍA EN TRABAJO SOCIAL CON ORIENTACIÓN EN  
PROYECTOS SOCIALES**

**SEPTIEMBRE, 2015**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL Y DESARROLLO HUMANO**



**TESIS**

**AUTORRECONOCIMIENTO Y EXPRESIÓN EMOCIONAL DE  
CUIDADORAS DE PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN**

**PRESENTA  
MARÍA TERESA GALVÁN GARZA**

**PARA OPTAR POR EL GRADO DE  
MAESTRÍA EN TRABAJO SOCIAL CON ORIENTACIÓN EN  
PROYECTOS SOCIALES**

**ASESORA DE PROYECTO: DRA. DULCE MARÍA LÓPEZ  
VALENTÍN**

**SEPTIEMBRE, 2015**

## AGRADECIMIENTO

Primeramente agradezco a Dios por permitirme culminar uno más de mis sueños, por concederme alcanzar el logro de las metas y objetivos propuestos para esta etapa de mi vida.

Agradezco a mi familia por el apoyo incondicional brindado durante el proceso de formación académica. Por su paciencia, comprensión y respeto hacia mis sueños y deseos. De igual manera agradezco su amor infinito, el cual ha sido la principal motivación para buscar cada día el crecimiento personal y profesional.

Gracias a todos mis familiares: abuelos, tíos(as), primos(as), por estar siempre presentes durante el camino de vida, con palabras de apoyo, respeto y sobre todo de amor.

En la misma forma, agradezco a mis amigos por el apoyo, confianza, respeto y amor que durante este tiempo me brindaron de manera sincera e incondicional. Así mismo, a las compañeras(os) de la maestría por compartir su conocimiento experiencia de vida.

De manera especial, agradezco a la Dra. Dulce María López Valentín, asesora de proyecto y guía en el proceso de desarrollo profesional. Gracias por la comprensión, respeto, paciencia y amistad brindada en este tiempo.

Igualmente agradezco a la Dra. Claudia Campillo Toledano y a la Maestra Isis Itzel Martínez Sustaita, por las valiosas aportaciones realizadas durante la construcción del proyecto de intervención social implementado.

Agradezco a las autoridades del Instituto Down de Monterrey, por su apoyo, disponibilidad y apertura durante la implementación del proyecto.

Finalmente y, sin restar importancia, agradezco atentamente el apoyo económico proporcionado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT), y la Facultad de Trabajo social y Desarrollo Humano, mismo que me dio la oportunidad de efectuar los estudios de posgrado, permitiéndome un constante crecimiento profesional.

## **DEDICATORIA**

*Con especial cariño a  
Mis padres, Raúl y Raquel,  
Mi hermano Eduardo y  
Mi novio Fernando.*

## RESUMEN

La discapacidad es una situación que está presente en el escenario de las familias mexicanas, en este caso una de índole intelectual como lo es el síndrome de Down, el cual presenta un conjunto de características físicas e intelectuales que la distinguen del resto. De igual manera, los efectos que esta discapacidad tiene a nivel familiar son diferentes, en cuestiones de cuidados, adquisición de roles y dinámicas cotidianas.

Las familias ante la presencia de esta situación, reaccionan de manera diferente, dependiendo de las modificaciones que se vean en la necesidad de realizar. Además, la reacción que se manifieste dependerá de cada uno de los miembros de la familia. Uno de los factores estimados como relevantes para generar distintas reacciones, se estima que podría ser la consideración de cual miembro adquirirá el papel del cuidador informal primario, de la persona que tiene condición Down.

Mencionado lo anterior, se puede agregar que el cuidador en este proceso de desempeño del rol otorgado, se encuentra en una atención constante hacia la persona que tiene a su cargo, por tal razón existen instituciones que ofrecen sus servicios con la finalidad de brindar atención a la persona que tiene la discapacidad y ampliar el conocimiento y, la capacitación de quienes son los cuidadores.

Seguido a lo mencionado, se puede agregar que el cuidador en consecuencia del desempeño constante de su labor, tiende a olvidarse de su propia persona físicamente, así como de sus deseos, anhelos y necesidades, por mencionar algunos aspectos. Así mismo, las instituciones que atienden la discapacidad, pueden focalizar sus actividades y proyectos a las temáticas y situaciones que trabajan, dejando en segundo plano las necesidades personales de los cuidadores, debido a que su objetivo es brindar los elementos necesarios para mejorar la calidad de vida de la población que es sujeto de su intervención, en este caso se podría mencionar a quienes poseen Síndrome de Down.

Por otro lado, la atención de las necesidades personales de los cuidadores es importante, debido a que por medio de la intervención con este segmento de la población se pueden identificar las áreas de oportunidad que presentan a nivel emocional, familiar y social, que no precisamente están ligadas a la situación de discapacidad que viven en su entorno familiar. Este acercamiento permite la planificación de acciones que fomenten la adquisición de herramientas que favorezcan su desarrollo personal, propiciando de esta manera el bienestar no sólo de ellos individualmente, sino de manera general en su entorno, impactando de manera indirecta a la persona que tienen a su cargo y contribuyendo a la adquisición e incremento de la calidad de vida.

Para la elaboración de estos proyectos existen instrumentos que permiten primeramente recolectar datos para así, pasar a la planeación, posterior a ellos se puede hacer uso de metodologías que colaboran para la cuantificación e identificación de los datos obtenidos, mediante el levantamiento de datos e implementación de los proyectos. De igual manera existen técnicas que favorecen el acercamiento, formación de vínculos de confianza y participación de la población objetivo, en este caso técnicas artísticas y de desarrollo humano, consideradas apropiadas para tener un primer contacto con las cuidadoras de personas con síndrome de Down

## **TABLA DE CONTENIDO**

<b>AGRADECIMIENTOS</b>	<b>IV</b>
<b>DEDICATORIA</b>	<b>V</b>
<b>RESUMEN</b>	<b>VI</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>VIII</b>
<b>CAPITULO 1: ANTECEDENTES DEL PROYECTO</b>	<b>1</b>
1.1.1 Discapacidad	1
1.1.2 Síndrome de Down como discapacidad intelectual	2
1.1.3 Síndrome de Down y familia	3
1.1.4 El cuidador informal primario	5
1.2 Definición del problema	6
1.2.1 Emociones	7
1.2.2 Escaso autorreconocimiento y expresión emocional de las cuidadoras	8
1.3 Vinculación con la política social de la familia vulnerable	9
1.4 Marco jurídico	10
<b>CAPITULO 2. CONTEXTO DEL PROYECTO</b>	<b>12</b>
2.1 Aspectos sociales del problema	12
2.2 Institución: Instituto Down de Monterrey, A.B.P	15
2.2.1 Antecedentes históricos	15
2.2.2 Ubicación física y radio de acción.	15
2.2.3 Misión	15
2.2.4 Visión	15
2.2.5 Organigrama	16
2.2.6 Recursos institucionales	16
2.3 Programa Cavid	16
2.3.1 Propósito	17
2.3.2 Proyectos que ofrece Cavid	17
<b>CAPITULO 3. METODOLOGÍA DEL PROYECTO</b>	<b>18</b>
3.1 Diagnóstico social	18
3.1.1 Diagnóstico social del proyecto	18
3.1.2 Resultados del diagnóstico social	19

3.2 Metodología del Marco Lógico	23
3.2.1 Análisis del contexto y problemas	23
3.2.2 Árbol de problemas	24
3.2.3 Análisis FODA	25
3.2.4 Análisis de los objetivos	25
3.2.5 Árbol de objetivos	26
3.2.6 Estructura analítica del proyecto	26
3.2.7 Matriz de marco lógico	27
3.3 Fundamentación y/o justificación	29
3.4 Planeación y diseño de la intervención	32
3.4.1 Nombre del proyecto	32
3.4.2 Objetivo general	32
3.4.3 Objetivos específicos	32
3.4.4 Metas	33
3.4.5 Plazos	33
3.4.6 Población objetivo	33
3.4.6.1 Población beneficiada directamente	33
3.4.6.2 Población beneficiada indirectamente	33
3.4.7 Localización física	33
3.4.8 Calendarización y actividades	34
3.4.8.1 Cronograma	34
3.4.8.2 Actividades del proyecto	35
3.4.9 Recursos humanos, materiales, técnicos y financieros	56
3.4.9.1 Recursos humanos	56
3.4.9.2 Recursos materiales	56
3.4.9.3 Recursos técnicos	57
3.4.9.4 Recursos financieros	57
<b>CAPÍTULO 4 EVALUACIÓN DEL PROYECTO</b>	<b>58</b>
4.1 Evaluación	58
4.2 Tipos de evaluación	58
4.3 Metodología de la evaluación	59
4.4 Metodología de análisis de datos	60
4.5 Técnicas de recolección de datos	60
4.6 Criterios de selección de datos	62
<b>CAPÍTULO 5 ANÁLISIS DE DATOS</b>	<b>63</b>
5.1 Criterios para el análisis	63
5.2 Ejemplo de instrumentos aplicados para la recolección de datos	63
5.3 Evaluación antes-después	70
5.4. Análisis individual de los datos	72

5.5. 1 Comentarios generales del análisis individual de los datos.	79
5.6 Análisis grupal de los datos	81
5.7 Análisis de datos y resultados referentes al nivel de satisfacción general de la intervención	86
5.8 Conclusiones	96
5.8.1 Alcances del proyecto de intervención	96
5.8.2 Implicación del proyecto social para el campo de Trabajo Social	97
5.8.3 Limitaciones	98
5.8.4 Recomendaciones	99
<b>6. ANEXOS</b>	<b>105</b>



## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura N°1</b> Organigrama	16
<b>Figura N° 2</b> Árbol de problemas	24
<b>Figura N° 3</b> Árbol de objetivos	26
<b>Figura N° 4</b> Estructura analítica del proyecto	26
<b>Figura N° 5</b> Momentos de autorreconocimiento y expresión de emociones de manera verbal y/o escrita.	82
<b>Figura N° 6</b> Interacción positiva	85
<b>Figura N° 7</b> Percepción del impacto a nivel personal, de la utilidad de las temáticas, dinámicas y técnicas trabajadas.	87
<b>Figura N° 8</b> Percepción del impacto a nivel interpersonal, de la utilidad de las temáticas, técnicas y dinámicas trabajadas.	88
<b>Figura N° 9</b> Percepción de la utilidad que tienen, las técnicas y dinámicas trabajadas, en relación a la expresión y autorreconocimiento de emociones.	89
<b>Figura N° 10</b> Opinión de los aspectos que se consideraron agradables, durante la implementación del proyecto.	90
<b>Figura N° 11</b> Opinión de los aspectos, que se consideraron menos agradables con relación a la implementación del proyecto.	91
<b>Figura N° 12</b> Recomendaciones próximos talleres.	92
<b>Figura N° 13</b> Recomendaciones para el facilitador.	93

## ÍNDICE DE GRÁFICAS

**Gráfica N° 1** Calificación general de la intervención 94

**Gráfica N° 2** Nivel de satisfacción 95

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla N° 1</b> Técnicas de recolección de datos	61
<b>Tabla N° 2</b> Evaluación antes-después	70

## INTRODUCCIÓN

En el primer capítulo de este documento, se presentará el concepto de discapacidad, así como sus tipos de clasificación, haciendo especial énfasis en la discapacidad de índole intelectual, en la que se encuentra ubicado el síndrome de Down. De igual manera, se profundizará en las características físicas e intelectuales que las personas con esta condición poseen, además de los alcances y limitaciones que pueden estar presentes en el proceso de su desarrollo.

Siguiendo en esta línea, en este apartado se abordó el aspecto familiar y las implicaciones de tener a una persona con este Síndrome en la familia, los efectos en los padres y en las dinámicas familiares. Además, se consideró el rol del cuidador y los efectos que este papel puede generar en su vida personal. Finalmente se cierra con la presentación de la situación problema con la que se contempló intervenir, y la ubicación de éste en la política social vigente en México.

Posteriormente, en el segundo capítulo se presentarán los aspectos sociales de la temática a tratar, así como los elementos generales de la institución en la que se llevó a cabo el proyecto de intervención social. Seguido a esto, en el tercer capítulo, se mostrará el instrumento de recolección de datos, así como los resultados del estudio diagnóstico aplicado en la institución. En relación a ello, se desarrollará la metodología del marco lógico también presentada en esta sección. Además de los objetivos de la intervención, y la planeación de las actividades para cada sesión con sus temáticas, dinámicas, técnicas y diversos recursos a utilizados.

En el capítulo cuarto, se presentó el tipo de evaluación mediante el cual serían evaluados los resultados del proyecto, así como las técnicas de recolección de datos utilizadas para obtener información relevante para esta evaluación. Seguido a esto, en el quinto capítulo se mostraron los elementos con los que se contó para la realización de un análisis de los datos de tipo cualitativo. Así mismo, se presentaron las categorías de análisis para los datos obtenidos, las herramientas con las que se realizó mencionado proceso y los criterios de selección utilizados para identificar los datos que serían partícipes en el análisis.

De igual manera, en este capítulo se expondrán los resultados del análisis grupal e individual de los datos obtenidos a través de la intervención, resaltando los objetivos del proyecto estipulados en los capítulos anteriores. Finalmente se presentará una reflexión general referente a estos dos niveles de análisis, así como a los alcances que se percibieron a raíz de la ejecución del proyecto, las limitaciones percibidas, y las recomendaciones para próximas intervenciones con este segmento de la población de la institución.

De manera final, se agregarán en la sección de anexos los instrumentos utilizados para la fase de levantamiento de datos, así como los utilizados en el proceso de intervención durante las sesiones de trabajo. Para finalizar se expondrán algunas fotografías relacionadas a las técnicas y dinámicas aplicadas, así como afines a la interacción grupal propiciada durante este tiempo.

## 1. ANTECEDENTES DEL PROYECTO

En este capítulo primeramente se abordará el concepto de discapacidad, con el objeto de tener una mirada general del tema a tratar, posteriormente se posicionará al síndrome de Down como una discapacidad intelectual y se profundizará en las características físicas, intelectuales y conductuales en el desarrollo de las personas que poseen esta condición. De manera consecutiva, se presentarán algunas de las implicaciones que a nivel familiar pueden generarse cuando un miembro de la familia presenta la condición de Síndrome de Down. Para efectos de esta tesis se centrará la atención en las cuidadoras, con el propósito de tener una perspectiva más amplia de las situaciones y etapas por las que pueden pasar al tener a un hijo(a) con esta discapacidad de índole intelectual. Finalmente se mostrará la definición del problema con el cual se trabajó y su vinculación con la política social.

### 1.1 Discapacidad

La discapacidad puede ser clasificada de diversas formas, dependiendo de la parte del cuerpo en la que se encuentre ubicada y el grado de afectación que ésta genere en las actividades cotidianas del individuo. Por tal motivo, resulta oportuno tomar como base a la Organización Mundial de la Salud, quien considera que el término de discapacidad está constituido por: **deficiencias**: problemas que afectan a una estructura o función corporal; **limitaciones de la actividad**: que consiste en dificultades para ejecutar acciones o tareas, y **restricciones de la participación**: constituidas por los problemas para participar en situaciones vitales (OMS, 2013).

En este mismo sentido, se puede mencionar que en México, la Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad (2011) estipula que una persona con discapacidad, es aquella que “por razón congénita o adquirida presenta una o más deficiencias de carácter físico, mental, intelectual o sensorial, ya sea permanente o temporal y que al interactuar con las barreras que le impone el entorno social, pueda impedir su inclusión plena y efectiva, en igualdad de condiciones con los demás” (p.3). En relación a este tema, se puede referir que México tiene alrededor de 5 millones 739 mil 270 personas que presentan algún tipo de discapacidad (INEGI, 2015).

### 1.1.2 Síndrome de Down como discapacidad intelectual

De acuerdo con los razonamientos que se han realizado, se puede mencionar que las discapacidades son clasificadas en diversas categorías, cada una de ellas con sus características y necesidades particulares, dependiendo del grado de impacto que generan en el individuo, tanto en su nivel de desarrollo, como en la interacción con su entorno. En esta ocasión, la atención se focalizó en la discapacidad de índole intelectual, caracterizada por un conjunto de limitaciones en el desarrollo del individuo, ya sea a nivel cognitivo, motriz o de interacción.

Cabe agregar que la Asociación Americana sobre Discapacidades Intelectuales y de Desarrollo, define que esta discapacidad consiste en la presencia de “limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y en la conducta adaptativa” (AAIDD, 2013). Por consiguiente, en las primeras etapas del desarrollo, una persona con discapacidad intelectual necesitará más tiempo para la ejecución de las actividades que corresponden a una persona de su edad, dependiendo de la etapa en la que se encuentre. Es decir, le llevará más tiempo hablar, comenzar a caminar, iniciar a comer sin ayuda de otras personas, cambiarse de ropa, por mencionar algunas actividades.

Seguido a esto, cuando una persona cuenta con este tipo de discapacidad, se estima que su proceso de aprendizaje se encuentra limitado, sus niveles no sean los esperados dependiendo la edad o etapa en la que se encuentre ubicado, de igual manera la forma de relacionarse con su entorno podría no ser la habitual. Significa entonces, según lo que plantea el Consejo Nacional del Fomento Educativo, que estas personas, en el área académica pueden presentar dificultad para el proceso de adquisición de conocimiento, así como, para su dominio y representación. Aunado a ello, estas personas también presentan dificultades relacionadas con la lecto/escritura, cuestiones numéricas como suma, resta, multiplicación y división. Así mismo para esta población resulta complicado identificar los conceptos de tiempo y espacio. En relación al proceso cognoscitivo, las personas que poseen discapacidad intelectual se distraen fácilmente, sus periodos de atención pueden ser breves y por consiguiente presentan limitaciones para recordar la información que se les ha sido otorgada (CONAFE, 2010).

Dentro de esta discapacidad, se ubica al síndrome de Down, que se presenta como consecuencia de una alteración cromosómica en un individuo. El síndrome consiste en que las células poseen en su núcleo un cromosoma de más, es decir normalmente se tienen 46 cromosomas, pero estas personas poseen 47. En relación a lo referido, la Fundación Down España comparte que el Síndrome de Down es “una alteración genética producida por la presencia de un cromosoma extra (o una parte de él) en la pareja cromosómica 21, de tal forma que las células de estas personas tienen 47 cromosomas con tres cromosomas en dicho par (de allí el nombre de trisomía 21), cuando lo habitual es que sólo existan dos” (Down España, 2008).

Las personas con condición Down, presentan daño cerebral, pero éste, varía de una persona a otra. De acuerdo con Flórez (2011) el daño cerebral puede afectar las primeras etapas del individuo y a su vez, persiste y condiciona su evolución a lo largo de su vida. Respecto a los rasgos físicos de las personas con síndrome de Down sobre todo en las primeras etapas del desarrollo, Molina y Uslar (2002) brindan algunas de las características que son visibles en las personas que tienen esta condición: la cabeza y cara son redondas y pequeñas, sus ojos presentan inclinación hacia arriba y hacia fuera tipo oriental con un pliegue en el ángulo interno llamado

epicanto, la nariz es pequeña, el tabique nasal es ancho. Las orejas son pequeñas y su contorno aparece doblado. Además de esto, las personas con condición Down, tienen un excedente de piel en la nuca, también sus extremidades son cortas, sus manos y pies son anchos, con dedos cortos y gruesos, las manos son pequeñas con un pliegue transversal marcado en la palma y el dedo meñique corto e incurvado. El tono muscular es bajo (flácido) a esto se le conoce como hipotonía. Además el color de su piel presenta diferentes tonalidades.

Las personas que tienen condición Down, de manera general presentan estas características físicas que los hace distintos al resto de la población, sin embargo como todos los individuos poseen personalidades únicas que los hace diferentes. Por otro lado, debido a lo que se mencionaba en párrafos anteriores, existe la presencia de un grado de afectación cerebral, que produce que el desarrollo de cada persona se presente en diversos niveles.

Por otro lado, respecto a su desarrollo la fundación John Langdon Down (2013), refiere que los niños que nacen con esta condición, presentan de manera tardía el desarrollo psicomotor, su tono muscular es bajo, poseen lentitud, torpeza motora tanto gruesa como fina. En relación a la percepción, manifiestan dificultad para mantener la atención sobre todo durante periodos prolongados, con facilidad se distraen frente a la presencia de cualquier estímulo.

Con respecto al área educativa, para las personas con Síndrome de Down, es más complicado que generalicen lo que aprenden, necesitan más tiempo para aprender y responder a ciertos estímulos. Para ellos es más complejo entender y seguir varias instrucciones a la vez, presentan lentitud para procesar y codificar información, así como para interpretarla. Para estas personas, resulta difícil realizar los procesos de conceptualización, generalización, transferencia de aprendizaje y abstracción. Además, pueden presentar dificultad para dar respuestas verbales, tienden a dar respuestas motoras como gestos y señas (Fundación John Langdon Down ,2013).

Aunque se presentan esta serie de limitaciones en el desarrollo de una persona con Síndrome de Down, esto no quiere decir que no sea capaz de desarrollar estas capacidades y otras más, a continuación se mencionan algunas de las formas en las que se pueden contrarrestar las limitantes que las personas con síndrome de Down poseen. Molina y Uslar (2002) refieren que la aceptación, estímulo constante, firmeza y claridad en los límites, son los mejores recursos que la familia puede brindar al niño para estimular su crecimiento. Así mismo, la adquisición del lenguaje de una persona con condición Down, dependerá de su condición física e intelectual, así como de la estimulación que reciba.

Referente a su educación, estos mismos autores, mencionan que, su aprendizaje puede ser lento, pero será seguro, se puede lograr que estas personas aprendan a leer, escribir, y a resolver problemas matemáticos, el nivel de aprendizaje que se presente dependerá del desarrollo completo de su propio potencial y de lograr un medio ambiente amoroso y estimulante en la familia. Se estima que si reciben los apoyos apropiados durante un periodo prolongado, su desempeño en la vida cotidiana mejorará enormemente, debido a que, es en la familia, donde se aprenden los conceptos, hábitos y pautas de relación básicas que le dan independencia y favorecen la socialización (Molina y Uslar, 2002).

### **1.1.3 Síndrome de Down y familia**

Ante el hecho de la presencia de discapacidad en la familia, se genera un impacto en sus miembros, este puede variar dependiendo de quién posea esta condición, así como del tipo y nivel de la discapacidad. Además de esto, se contempla la necesidad de realizar cambios en la

dinámica familiar, ya sea por la reestructuración de los roles, o bien, adquisición de nuevas actividades. En opinión de Espina y Ortego (2003) este suceso implica una serie de transformaciones tales como: modificación de los roles familiares, distanciamiento entre los miembros de la familia, como puede ser entre las parejas, padres e hijos, y hermanos entre sí; así mismo, se puede experimentar un sentimiento estigmatizante que produce aislamiento de los demás familiares.

Al considerar lo anterior, se consideró que el impacto de tener a un miembro de la familia con discapacidad no es el mismo para los padres, hijos o hermanos, debido a que las necesidades, roles y dinámicas varían de un miembro a otro. En el caso del Síndrome de Down, las familias pueden presentar mayor nivel de estrés, dificultades de ajuste, menor participación en actividades sociales, aumento en la carga económica y en las necesidades de atención (Povee, Roberts, Bourke y otros, 2013).

Hecha la observación anterior, se puede decir que las familias pueden atravesar por una serie de modificaciones, fases y crisis, y las que tienen a un miembro con Síndrome de Down no son la excepción. Existen diversos tipos de crisis como pueden ser las *económicas*, las que en este caso se pueden desencadenar por el conjunto de gastos extra que la situación genera, como puede ser el pagar gastos médicos, terapias de lenguaje, estimulación temprana, colegios particulares, entre otras necesidades. Así mismo, se pueden presentar *crisis familiares*, por desacuerdos, adquisición de nuevas actividades, modificación de los roles establecidos, cambios en la dinámica familiar, por mencionar algunos factores. En conjunto con ellas, se pueden presentar *crisis emocionales*, generadas por la interacción de los factores mencionados, o bien, por el conocimiento de las áreas de oportunidad que puede tener la persona con síndrome de Down y los retos a los que la familia se puede enfrentar, ya sea en el ámbito de salud y educación, por referir algunos aspectos desencadenantes.

Para efectos de la intervención, el objetivo fue ahondar en el impacto que tiene esta situación en los padres de familia, mismos que pueden ejercer como cuidadores, debido a que se contempla que cuando la pareja está a la espera de un hijo(a), suele crearse un sinnúmero de expectativas respecto a él (ella), en relación a su salud, educación, capacidades, habilidades, entre otros aspectos. Adicionalmente, se puede referir que es evidente, que al darse cuenta que su hijo(a) tiene discapacidad, se experimente en un primer momento, desilusión debido a que no presenta las condiciones que se tenían previstas.

Al tomar en cuenta lo planteado, se puede decir que los padres de familia, se enfrentan a nuevos retos desde el nacimiento de su hijo(a), pasan por una serie de etapas, caracterizadas por un conjunto de actitudes y acciones. Con la finalidad de profundizar en esto Flores, Garduño y Garza (2013), refieren que entre las fases que experimentan los padres de un niño con Síndrome de Down se pueden identificar las siguientes:

1. **Fase aguda:** caracterizada por reacciones de aturdimiento y desgaste, en este momento los padres suelen evadir la situación aislarse o volverse agresivos.
2. **Fase de elaboración:** Aquí se pueden presentar reacciones de omnipotencia y fantasías, de que algo que hagan cambiara de inmediato la situación del hijo(a), los padres acuden a diversos especialistas y buscan soluciones en las diferentes ramas de la medicina. Además, esta etapa es caracterizada por la presencia de una “fuerte evasión, frustración, impotencia, inseguridad, miedo, agresividad, depresión, tristeza y aislamiento” (p.5).



Así mismo, se busca la soledad con la finalidad de evitar los comentarios de las demás personas, en relación a su hijo(a).

3. **Fase de reconstrucción:** Se logra iniciar esta etapa a través de respuestas adaptativas, algunos de los padres no alcanzan a llegar a ella, y viven con el rechazo hacia la situación.

Dadas las condiciones que anteceden, se puede apreciar que el conjunto familiar y los padres suelen atravesar por periodos de reestructuración, cambios y crisis, ya sea a nivel personal o de pareja, en los cuales se tiene que hacer frente al hecho de que su hijo(a) necesitara más tiempo y ayuda que el resto de los niños de su edad, para desarrollar habilidades de acuerdo a su edad como: gatear, caminar, hablar, comer por sí mismo, leer, escribir, entre otras cosas. Aunado a esto, en el proceso del desarrollo de su hijo(a), se pueden presentar enfermedades para las cuales se requerirá de cirugías y de permanecer periodos hospitalizado. Además, el tiempo de atención que necesite la persona, también será diferente, debido a que si se quiere que tenga un desarrollo oportuno de sus habilidades, se necesitará que sea llevado a diversos servicios de apoyo.

Tal como se ha visto, las personas que tienen condición Down, poseen un conjunto de características físicas e intelectuales, que los distingue de las demás personas de su edad, sin embargo esto no quiere decir que no puedan tener un desarrollo óptimo y alcanzar a potencializar sus habilidades y capacidades en sus diversos entornos. En este proceso, los diferentes tipos de profesionales que trabajan con esta discapacidad, tienen un papel fundamental, ya que una parte del desarrollo de las áreas de motricidad, lenguaje y lecto/escritura depende de ellos y el trabajo que realicen. Así mismo, la adquisición de una mejor calidad de vida hablando de la salud, en cierta parte, también depende de ellos.

Sin embargo, las personas que ejercen el rol de cuidadores, no dejan de tener un papel de suma importancia, se considera que son un pieza fundamental para la potencialización de las capacidades de las personas que tienen este síndrome, debido a que complementan el trabajo que los diversos profesionales realizan con sus hijos(as), ya sea a nivel de salud, educación, socialización, entre otros aspectos. Su participación, es primordial para que la persona se desarrolle plenamente en todas sus áreas. Como se comentó previamente, la familia tiene un papel importante en los diversos procesos por los que atraviesa la persona con discapacidad.

#### **1.1.4. El cuidador informal primario**

Al considerar lo mencionado en puntos previos, se puede apreciar que tener a una persona con discapacidad en la familia, en este caso que posea síndrome de Down, ocasiona que se realicen modificaciones en la estructura familiar, y que alguno o varios de sus miembros adquiera el papel de cuidador.

En relación a ello, se puede referir que el cuidador informal según lo que mencionan García, López y Castellón (2004) es aquella persona que no pertenece a ninguna institución y se ocupa del cuidado de una persona de su familia, que de manera habitual reside en su domicilio y que por causa de su edad, enfermedad o discapacidad necesita de esa persona para realizar las actividades diarias y por periodos prolongados de tiempo. Así mismo comparte que por lo general aunque se cuente con el apoyo de otros miembros de la familia, es una persona en particular quien asume el rol de cuidador, en la mayoría de los casos del género femenino.

En la misma forma, se puede retomar que la mujer es la que suele ocupar este papel, por el hecho de considerar que es la que pasa más tiempo en el hogar, por existir el caso de que no cuente

con un empleo y poseer mayor disponibilidad de horario, aunque es importante referir que por asumir este rol de cuidadora, se ve en la necesidad de abandonar su trabajo, aumentar sus actividades diarias y disminuir sus tiempos libres. Todo lo anterior puede producir que se vea en la necesidad de enfrentar retos inesperados, que modifiquen las aspiraciones personales, provocando un desajuste en el aspecto emocional, económico y social.

Como ejemplo de lo anterior, García, López y Castellón (2004) comparten que el cuidador adquiere una responsabilidad hacia la persona que cuida a tal grado que pierde su independencia, disminuye la atención y cuidado de su persona y tiende a reducir su vida social. Todo esto, obviamente repercutiendo en su calidad de vida, al modificar sus actividades, silenciar sus deseos y necesidades de toda índole.

Además de lo mencionado, en el ejercicio de la tarea del cuidador, surgen reacciones emocionales que ocasionan alteraciones en su desarrollo social y personal. De acuerdo a lo que refiere Pinto citado por Venegas (2006:138):

El cuidador, en cumplimiento de sus roles, experimenta diferentes sentimientos que pueden ir desde la culpa hasta la satisfacción. También se puede observar que hay otros sentimientos como la soledad, la tristeza, el sentirse abandonado, el nerviosismo, la falta de ocio y descanso.

Por otro lado, la relación que se da con la persona que se tiene a cargo también puede mostrar modificaciones en la conducta de los cuidadores, en este caso Dunts y Marfo citados por Galeote, Checa, Serrano y Rey (2004:115) mencionan que las cuidadoras de personas con síndrome de Down tenían una actitud directiva y controladora, debido a la percepción de los déficits intelectuales que presentaban las personas con este Síndrome, relacionados a la interacción con las señales sociales.

Como se puede apreciar, más allá de tener la responsabilidad de cuidar a una persona, cubrir sus necesidades, y apoyarla en la toma de decisiones, ser el cuidador primario implica en algún momento del camino descuidar el propio desarrollo en cuestiones físicas, emocionales y sociales.

## **1.2 DEFINICION DEL PROBLEMA: Escaso autorreconocimiento y expresión emocional de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down.**

Es necesario retomar, que la llegada a la familia de un hijo con discapacidad genera en los padres un impacto de índole emocional, ya sea porque no tenían contemplado este suceso, o bien porque se puede considerar que no están preparados para afrontar la situación. Es evidente entonces, que “la experiencia vital de tener a un hijo con Síndrome de Down es de una enorme intensidad emocional y se vive desde el momento que se comunica a los padres el diagnóstico” (Skotko y Canal, citados por Ruiz, 2004:).

Cabe mencionar, que aunado a este acontecimiento los padres, según lo que refiere Fantova (2000) desarrollan necesidades extra entorno a la discapacidad de su hijo(a). Los padres de familia, pasan por una serie de crisis, etapas, modificaciones familiares, laborales y sociales, pueden aislarse de sus familiares, amigos, grupos de interés y hasta de los hijos y de la pareja misma, focalizando su atención sólo en el hijo(a) con síndrome de Down, olvidándose de sus necesidades y preferencias. Agregado a esto, la comunicación entre los miembros de la familia puede truncarse, provocando la disminución de la expresión de lo que se siente o se quiere a

nivel personal. Además de los requerimientos personales y familiares que se puedan generar en los diferentes aspectos de la vida.

En relación a lo mencionado Perera (2015) refiere que “en ocasiones, los padres viven demasiado dedicados al hijo con síndrome de Down, sin prestar la debida atención a las necesidades de los demás hijos.” a esto se le podría agregar los requerimientos que tienen a nivel de pareja y personal. Es importante resaltar que independientemente de que se encuentren viviendo una situación de discapacidad en la familia, todas las personas poseen diversos tipos de necesidades y demandan atención dependiendo del ciclo de vida, en el cual se encuentren.

### **1.2.1 Emociones**

Dadas las condiciones que anteceden, se puede referir que la forma en que cada individuo afronta las situaciones por las cuales pasa varía de uno a otro, ya que la manera de percibir los sucesos no es la misma para todas las personas. En este proceso es donde entran las emociones, las cuales para Giménez (2013:63), son “un estado afectivo, reacciones subjetivas hacia el ambiente, que son acompañadas de cambios en el organismo, además establecen reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos ambientales o de uno mismo”.

Con respecto a los padres de personas con síndrome de Down, no hay diferencia, cada uno además de las modificaciones en sus diferentes entornos, viven un proceso individual en el cual se aprecia lo que está ocurriendo. En esta situación que cada persona vive, se encuentra presente una amplia gama de emociones, las cuales en palabras de Galindo (2003) permiten a la persona anclarse en su realidad, sea agradable o desagradable, además le indican que lo que está sucediendo no le es indiferente.

En este mismo sentido, se puede mencionar que las emociones son personales, cada sujeto tiene la capacidad y libertad de experimentarlas de diferentes maneras, ante los diversos tiempos y sucesos de la vida, debido a que son generadas a partir de las vivencias que el individuo tiene y la manera en que sean percibidas dependerá de cómo cada persona vea su realidad. Así mismo, Bisquerra (2003:12) comparte que una emoción “es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada... Se genera como una respuesta a un acontecimiento externo o interno”. En este caso pueden ser producidas por las vivencias diarias de las cuidadoras, en los diferentes contextos en los que se mueven.

Como puede observarse, las emociones constituyen una parte importante del individuo, éstas se pueden manifestar de diversas formas, inclusive sin que la persona lo note, o bien identifique qué las provoco. Suelen estar presentes en las relaciones que se tienen con la familia, los círculos sociales y demás actividades cotidianas. Pueden manifestarse de manera física a través de las diferentes reacciones corporales, como puede ser la sudoración, temblor, ritmo cardíaco, así como de forma conductual por medio de los diversos tipos de comunicación. Es decir, las emociones forman parte de la comunicación humana y se manifiestan a través de las expresiones del rostro, posturas corporales, tono de voz, palabras utilizadas y cambios fisiológicos (De Diego, Serrano, Conde y otros, 2006). Ante la situación planteada, se puede referir que lo que se transmita a los demás, será influido por las emociones que se estén experimentando en el momento y la manera en que la situación sea percibida por el individuo.

En el orden de las ideas anteriores, se puede mencionar que las emociones han sido catalogadas de diversas maneras, dependiendo de las diversas perspectivas, estas categorías pueden dividirse como primarias y secundarias o bien entre positivas y negativas. De acuerdo con Goleman (1995) las emociones primarias son: ira, tristeza, temor, placer, amor, sorpresa, disgusto y vergüenza de las cuales surgen otras más al combinarse. De manera semejante hay otras categorías entre las que se pueden encontrar las emociones según el grado en que afectan al organismo y al entorno, considerándose así, como positivas a aquellas que no dañan el entorno y que son agradables para el individuo y negativas a aquellas que son agresivas y perjudiciales. Sin embargo para efectos de esta tesis no se clasificaran como positivas o negativas, debido a que como se mencionaba cada individuo las percibe dependiendo de su entorno y sus antecedentes.

### **1.2.2 Escaso autorreconocimiento y expresión emocional**

Con la finalidad de iniciar con las cuestiones de autorreconocimiento y expresión de las emociones, se partió de la definición dada por la Real Academia de la Lengua Española (2015) referente al verbo reconocer, el cual es definido de la siguiente manera:

Examinar con cuidado algo o a alguien para enterarse de su identidad, naturaleza y circunstancias... Admitir y manifestar.

De igual forma la acción de expresar, según lo que refiere la Real Academia de la Lengua Española (2015) consiste en:

Manifestar con palabras, miradas o gestos lo que se quiere dar a entender... Darse a entender por medio de la palabra.

De acuerdo a lo mencionado, en este caso se consideró como escasez en el autorreconocimiento y expresión emocional al hecho de no manifestar lo que se siente o hacerlo de manera aislada, así como presentar dificultad para identificar los hechos o acontecimientos diarios, que provocan las emociones en cada individuo.

Con base en lo anterior, se puede comentar que las emociones tienen un deber ser en el individuo, ya que se les otorgan funciones que son de utilidad para el desarrollo humano. Según Griede, Speelman y Jansveld (2011), entre las funciones que se les atribuyen se encuentran: la supervivencia, la toma de decisiones, los límites del comportamiento y la comunicación. En otras palabras, las emociones tienen como función avisar al individuo cuando alguna de sus necesidades no se encuentra cubierta, además a través de la información que éstas generan, se hace posible que la persona elija sus comportamientos y comunique la percepción que tiene ante los acontecimientos de su vida.

De acuerdo con los razonamientos que se han venido realizando, se puede apreciar que las emociones pueden expresarse de diversas maneras, inclusive de forma inconsciente para el individuo. Con base en esto, se puede decir que la expresión de las emociones posee un grado de importancia para las personas y sus relaciones interpersonales. En relación a ello, Chelis (2005) refiere que esta expresión permite a las demás personas conocer el comportamiento que se asocia con las diversas emociones. Es decir, a través de esta expresión, el individuo puede ir formando lazos ya que, se da a conocer y se permite conocer a los demás a través de la percepción emocional que cada persona tiene y la manera en que lo expresa. Además, la

expresión emocional permite que se exteriorice el sentir, las necesidades que se experimentan y de esta manera se facilita su resolución.

Así mismo, identificar lo que se está sintiendo también juega un papel importante en la vida emocional del individuo, ya que no solo es experimentar las emociones, si no descubrir qué las está generando y por qué se tienen esas reacciones o percepciones. Reconocer las emociones implica, “conocer las señales emocionales de la expresión facial, los movimientos corporales y el tono de la voz” (Asociación Española contra el Cáncer, 2015:9), que suelen presentarse a raíz de los acontecimientos de la vida diaria.

El hecho de reconocer lo que se está experimentando, permite ir ejercitando la autoconciencia emocional, la cual para Vivas, Gallego y González (2007) consiste en identificar las propias emociones, y los efectos que ellas producen a nivel físico, conductual y de pensamiento. Estos mismos autores plantean que cuando se da el conocimiento de las emociones, se llega al punto de no solo sentir, sino, comprender e identificar lo que se está sintiendo y qué hecho lo está generando.

De los planteamientos previos se deduce, que el autorreconocimiento emocional permite identificar las emociones que se están presentando, ante los diversos sucesos de la vida, así como determinar qué las provoca o cómo se está reaccionando. De esta forma será posible que el individuo decida de qué manera expresar lo que siente, con quién hacerlo y en qué momento. Así mismo, la expresión de las emociones consiste en comunicar aquello que está sucediendo en relación a un acontecimiento ya sea a nivel individual, grupal o familiar. Al mismo tiempo, manifestar el estado de ánimo, necesidades y limitaciones percibidas.

Por el contrario, la falta o escaso autorreconocimiento y expresión de lo que se siente, puede generar en las cuidadoras, en este caso, de personas con síndrome de Down, que se desconozca qué situaciones y en qué nivel de ellas se están provocando sus reacciones emocionales. Además la carencia de expresión, limita el conocimiento de sus necesidades y por lo tanto la oportuna atención de ellas. En palabras de Pennebaker citado por Chelis, (2005:6) “la inhibición de las emociones, puede producir malos entendidos y reacciones indeseables que no se hubieran producido en el caso de que los demás hubieran conocido el estado emocional en el que se encontraba”.

### **1.3 Vinculación con la política social de la familia vulnerable**

Para dar inicio a este apartado, cabe mencionar que la política social es considerada como “el subconjunto de acciones públicas y/o privadas relacionadas con la distribución de recursos de todo tipo en una sociedad particular. Su finalidad es la provisión del bienestar individual y colectivo” (Bustelo, 2000 citado por Nirenberg, 2006:27).

Según se ha citado, la familia tiene un papel sumamente importante para la persona que posee discapacidad, así mismo lo tiene a nivel social, por ello, es necesario enfatizar la atención que el Estado debe brindarle durante las diversas etapas por las que ésta atraviesa, tomando en cuenta sus necesidades presentes, entre las cuales para efecto de esta tesis se encuentra la presencia de un hijo con discapacidad, con Síndrome de Down para ser más específicos.

Hechas las consideraciones anteriores, se puede referir que con el objetivo de mejorar las condiciones de vida de las familias del país, surge el Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018 del Gobierno de la República, éste traza los grandes objetivos de las políticas públicas, establece

las acciones específicas para alcanzarlas y precisa indicadores que permitan medir los avances obtenidos. En este sexenio se plantea como una meta un México incluyente, una política social enfocada en alcanzar una sociedad de derechos ciudadanos y humanos plenos, que permita que se tomen acciones para “proveer un entorno adecuado para el desarrollo de una vida digna” (PND, 2013, p. 54) y “transitar a una sociedad equitativa e incluyente” (PND, 2013:53).

De igual manera el Estado de Nuevo León realiza un Plan Estatal de Desarrollo, en este caso, correspondiente al periodo 2010-2015, donde se muestra como uno de sus objetivos: “Atender y fortalecer a las familias en situación de vulnerabilidad o riesgo social, ofreciendo apoyos, herramientas y el desarrollo de competencias que propicien su desarrollo integral” (PED, 2010:65), objetivo que toma en cuenta a las familias vulnerables, en este caso consideradas así, a aquellas que tengan a un hijo con discapacidad. Lo anterior se cumplirá mediante el establecimiento de una serie de estrategias, entre las que primeramente se encuentra: “Buscar el desarrollo integral de la población con discapacidad, brindándoles mayores oportunidades e igualdad de derechos y deberes que el resto de sus habitantes” (PED, 2010:65).

Las líneas de acción por las cuales se estima se lleve a cabo la estrategia mencionada serán: “Implementar acciones y estrategias para el logro de la plena integración familiar, social, educativa, deportiva, recreativa, cultural, laboral de las personas con discapacidad” así como “Fortalecer las acciones dirigidas a lograr el respeto, equidad y accesibilidad universal para las personas con discapacidad” (PED, 2010:66).

Seguido a lo anterior, otra de las estrategias que este plan sectorial propone en relación al trabajo con las familias o algunos de sus miembros, es “Apoyar a las familias en situación de pobreza, mediante acciones orientadas a incrementar su bienestar” a través de “Ampliar la cobertura de los programas de superación personal y formación familiar”. Finalmente se puede mencionar la estrategia de “Intensificar las acciones para el fortalecimiento de vida familiar” por medio de “Ofrecer herramientas y orientación a las familias, que les permitan superar conflictos y favorezcan la convivencia” (PED, 2010:67).

#### **1.4 Marco jurídico**

Los planes de desarrollo mencionados, a nivel nacional y estatal toman en consideración la importancia que la familia tiene a nivel social para implementar sus acciones, sin embargo, en conjunto con ellos están presentes tratados de índole internacional como son la Declaración Universal de los Derechos Humanos (2015), en la cual se establece en su artículo 16 que por ser un elemento fundamental, la familia tiene derecho a recibir la protección tanto de la sociedad como del estado.

En esta misma línea, se encuentra el Protocolo Adicional a la Convención Americana sobre los Derechos Humanos en materia de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (2015) en su artículo 15, donde se instituye que se deben de ejecutar programas especiales para la formación familiar, con la finalidad de contribuir a la creación de ambientes estables y positivos.

Por su parte, el ámbito nacional también estipula a través de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (2015), en su artículo 4, que se “protegerá la organización y el desarrollo de la familia”.

Con base en lo mencionado se puede referir que el proyecto de intervención social propuesto, se encuentra vinculado con el Plan Nacional y Sectorial de Desarrollo, en relación a la inclusión

social de las personas con discapacidad, en este caso con Síndrome de Down, complementándose con el objetivo del Plan Sectorial de atender y fortalecer a las familias en situación de vulnerabilidad, para efectos de la intervención considerándose así, a las familias que cuenten con un miembro con discapacidad. Por lo tanto, el presente proyecto de intervención se inserta en la política social, debido a que el trabajo planteado estuvo dirigido a las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, del Estado de Nuevo León.

## **2. CONTEXTO DEL PROYECTO**

Como se mencionó en el capítulo previo las cuidadoras de las personas que tienen Síndrome de Down, presentan modificaciones en sus roles y dinámicas familiares, a consecuencia de la discapacidad que presenta un miembro de la familia, en este capítulo se abordaran algunos aspectos sociales que giran en torno a esta población. Además se hará una descripción de la institución en la cual se implementó el proyecto de intervención social dirigido a las cuidadoras de personas con síndrome de Down.

### **2.1 Aspectos sociales del problema**

Según los datos que ofrece la Fundación John Langdon Down (2013), el Síndrome de Down, constituye la causa más común de discapacidad intelectual a nivel mundial, la incidencia estimada es de 1 en 800 a 1 en 1200 nacidos vivos, y se considera que existen seis millones de personas con este síndrome en el mundo.

En relación a lo anterior, se puede referir que México no se encuentra exento de presentar esta discapacidad en sus ciudadanos, según datos proporcionados por el INEGI (2010) uno de cada 700 nacimientos deviene con este tipo de síndrome. En relación a esto, Aguilasocho (2014) refiere que existen 165 mil personas con Síndrome de Down en el país y hablando de manera estatal informa que en Nuevo León se concentran alrededor de 7 mil personas que tienen esta condición, de las cuales, 5 mil 600 viven en el área metropolitana de Monterrey.

Al considerar los datos previos, se puede apreciar que el Síndrome de Down tiene una presencia considerable en la sociedad a nivel país y estado, por tal motivo se podría creer que existe una amplia información relacionada a las familias y entornos de estas personas, pero la realidad es otra, actualmente existen huecos referentes a situaciones familiares y vivencias de los padres de familia y/o quienes fungen el rol de cuidadores de estas personas. Las investigaciones que han sido desarrolladas en relación a esta discapacidad, sólo han estado enfocadas en su mayoría, a quienes poseen el síndrome, con la finalidad de conocer aspectos relacionados a la salud, educación, socialización, por mencionar algunos, con el objetivo de mejorar su calidad de vida. Lo anterior tiene como efecto, la escasa información referente al impacto que puede presentarse en la vida cotidiana de los cuidadores, sus necesidades y percepciones concernientes a las situaciones relacionadas al síndrome de Down y/o de manera personal.



Por su parte, Hodapp (2008) hace referencia a que las lagunas que surgen entorno a las familias de las personas con síndrome de Down, se deben a la escasa atención que se le puede estar prestando, además a la falta de estudios realizados a gran escala basados en la población por periodos de la vida. Por tal razón, como lo comparte este mismo autor, algunos estudios están comenzando a tomar en cuenta aspectos como sentimientos, emociones y percepciones de los padres y hermanos, así como su estado de salud, carreras profesionales y estabilidad marital de los padres (Hodapp, 2008). Todo lo anterior con la finalidad de obtener una perspectiva más amplia de las características familiares que pueden existir, los factores que pueden influir en el desarrollo de las personas y las necesidades que se pueden presentar en los diferentes miembros de la familia, dependiendo la etapa en la que se encuentre la persona con Síndrome de Down.

Después de lo expuesto, referente a las situaciones a las que se enfrentan los padres, se puede comentar que un fenómeno negativo que puede presentarse en el momento del diagnóstico o de la noticia, es que el personal médico no se encuentre preparado para manejar la situación con los padres. En relación a ello, Down España (2009), refiere que la situación de informar a los padres la condición del hijo(a) es compleja y delicada para el profesional de la salud, por esta razón no debe de realizarse de manera improvisada y se necesita de un reglamento, protocolo y capacitación previa para los profesionales.

Por lo que resulta oportuno decir, que se debe de tener conocimiento y preparación para tratar con los padres de familia, respecto a la noticia de la discapacidad de su hijo(a), así como en aspectos que tengan relación a su desarrollo, debido a que los padres se enfrentan a situaciones desagradables en las cuales la noticia se les hace llegar de una manera brusca. En este caso se considera que la comunicación con los padres debe de ser de una manera cordial acompañada de honestidad, actitud positiva, aunada a la manifestación del apoyo en las cuestiones de salud. Todos y cada uno de estos aspectos deben de tenerse en cuenta pues son cruciales y pueden favorecer un impacto negativo al recibir la noticia, sin embargo no existen muchos datos de índole científico e instrucción para transmitir la noticia (Dent y Carey, 2006 citados por Huiracocha, Almeida, Huiracocha y Cols., 2013).

En esta misma línea, se puede referir que durante el proceso de la noticia, diagnóstico y confirmación de ésta, los padres de familia, se enfrentan a momentos de incertidumbre, en los que se pueden sentir culpables. Esta carga puede recaer en las madres al cuestionarse el porqué de la discapacidad de su hijo(a), al preguntarse si influyó algo en relación a cosas o situaciones que hizo bien o no durante su embarazo o cuestiones de esta índole. Como ejemplo de ello, se puede compartir lo que dice López (2010): “me dolía haberle fallado a mi esposo al no darle un varón perfecto... como ambos lo esperábamos”

Es pertinente pensar en los padres de las personas con Síndrome de Down y en las necesidades que surgen a partir de esta situación. Cabe mencionar que cuando nace un hijo (sano), la estructura familiar presenta modificaciones y en relación a ello, Silvestre, Solé, Pérez y cols. (1996:94) refieren que los individuos, ante el hecho de convertirse en padres o madres pasan por un proceso de modificación en sus relaciones tanto consigo mismos como con los demás; así mismo se genera una vinculación afectiva con el hijo, que les provoca una responsabilidad en relación a todos los aspectos que tengan que ver con él y con su bienestar.

De acuerdo a lo mencionado, se considera que si la llegada de un hijo sano modifica la relación y provoca diversas emociones y responsabilidades, la integración a la familia de un menor con necesidades diferentes puede provocar aún más cambios, ajustes y requerimientos al núcleo

familiar. Se puede referir que los padres de familia y/o cuidadores atraviesan por diversos momentos que en el capítulo anterior han sido descritas: modificación de roles, crisis económicas, familiares y emocionales por mencionar algunas.

En relación a lo citado, respecto a las situaciones de tener a un miembro con Síndrome de Down, en este caso un hijo(a), se pueden destacar algunos aspectos considerados por Huiracocha, Alameida, Huiracocha y cols. (2013) entre los que se encuentran el gasto de mayor energía y recursos económicos, la reorganización y autorregulación de los miembros, así mismo la redirección de sus roles, funciones y valores hacia la solución de las situaciones que atraviesan.

Además de lo que se ha comentado, otro aspecto importante al que se pueden enfrentar los padres de familia y/o cuidadores, es a la discriminación social ante el hecho de tener un hijo(a) con esta condición, ejercida por los demás padres de familia.

Lo cierto es que uno viaja en autobús, ve entrar a la gente, y nota cómo procura sentarse donde no esté la persona con síndrome de Down, si hay más sitios disponibles....se está en el parque y se ven las miradas reticentes de mamás cuando un niño con síndrome de Down se acerca a jugar con sus hijos; incluso recogen a sus hijos y se alejan...si se puede se pone una excusa para no tener que atenderlo (Flórez, 2012)

Con base en las consideraciones mencionadas, se puede referir que afortunadamente en el estado de Nuevo León, tenemos instituciones y asociaciones que brindan atención a las personas que poseen este Síndrome, tal es el caso del Instituto Tedi Vanguardia en Síndrome de Down, el Centro de Educación Integral Avanzada, el Centro de Enseñanza y Aprendizaje Activo, el Instituto Down Monterrey y la Fundación Familia, Salud y Desarrollo en Síndrome de Down de Nuevo León, A. C, por mencionar algunas.

Sin embargo, la mayoría de las acciones que se llevan a cabo en las diferentes instituciones son enfocadas directamente a la atención de las personas con Síndrome de Down y no a sus familias, lo cual es entendible debido a que en la mayor parte de estos espacios, los padres de familia y/o cuidadores no forman parte de su población objetivo.

Entre las actividades que ofrecen estas Asociaciones, Fundaciones y/o Instituciones se encuentran: el brindar estimulación temprana a los bebés que tengan Síndrome de Down, fomentar la integración escolar para niños y adolescentes por medio de los programas de educación, promover la inclusión laboral por medio de talleres pre-laborales y laborales, entre algunas otras actividades co-curriculares.

Por otro lado, la atención que es ofrecida a las cuidadoras, en su mayor parte es referente a la dinámica que se debe de llevar con la persona que posee el síndrome, en cuestiones asociadas a la educación, salud, socialización, por mencionar algunos aspectos, no tanto de manera individual para conocer cómo se afronta la situación de la discapacidad, o bien, cómo se encuentra el individuo de manera personal, en cuestiones generales de su vida.

Como se puede apreciar, los aspectos citados son sólo algunos de los escenarios entre los cuales se desenvuelven las cuidadoras de estas personas, claro está que dependerá de los diferentes contextos en los que se desarrollen cotidianamente, sus recursos económicos, apoyo familia y redes de apoyo.

## **2.2 Institución: Instituto Down de Monterrey, A.B.P.**

El proyecto de intervención social, dirigido a las cuidadoras de personas con síndrome de Down, fue realizado en coordinación con la Asociación Down de Monterrey A.C. que a su vez dio la oportunidad de que se llevará a cabo en el Instituto Down de Monterrey A.B.P, esta institución otorga sus servicios a personas con síndrome de Down a través de sus diversos programas académicos y co-curriculares.

Hoy en día, el Instituto Down tiene una población aproximada de 115 alumnos, que se encuentra constituida por personas de todas las edades. Según lo que comenta la encargada, el 70 u 80% son personas de escasos recursos, mismas que tienen la posibilidad de participar en los diversos planes y programas que brinda el Instituto, los cuales incluyen desde la intervención temprana, maternal, pre-escolar, escolar, niveles y taller pre-laboral. Al mismo tiempo el instituto lleva a cabo actividades co-curriculares de vida diaria, lenguaje, artes, expresión corporal, computación, deportes, psicomotricidad y música (Down Monterrey, 2013).

Los planes y programas previos, son coordinados y llevados a cabo por el personal administrativo, de psicología, médico y docente de la Institución, éste último conformado por un aproximado de 28 profesores que están capacitados para la enseñanza y atención de las personas con Síndrome de Down (Down de Monterrey, 2013).

### **2.2.1 Antecedentes históricos**

La Asociación Down de Monterrey A.C, fue fundada en abril del año 1978 por un grupo de padres de familia que tenía la inquietud de brindar una enseñanza más completa a sus hijos con Síndrome de Down. La meta inicial de esta Asociación era la de formar una escuela a través de la cual se impartiera la educación escolar básica, al mismo tiempo buscaba fomentar la integración de las personas con Síndrome de Down a la sociedad en la que se desenvuelven, capacitándolas para que a partir de la edad adolescente logaran la mayor autosuficiencia posible, cada uno de acuerdo a sus habilidades individuales. Es a partir de esta inquietud de donde surge el Instituto Down de Monterrey A.B.P. en abril del año 1986, con la finalidad de convertirse en un centro de capacitación y enseñanza (Down Monterrey, 2014).

### **2.2.2 Ubicación física y radio de acción**

La institución se encuentra ubicada en la calle Pio X # 1100, en la colonia del mismo nombre, en el municipio de Monterrey, en el estado de Nuevo León. El Instituto Down, ofrece sus servicios a población de Monterrey y de toda su área Metropolitana.

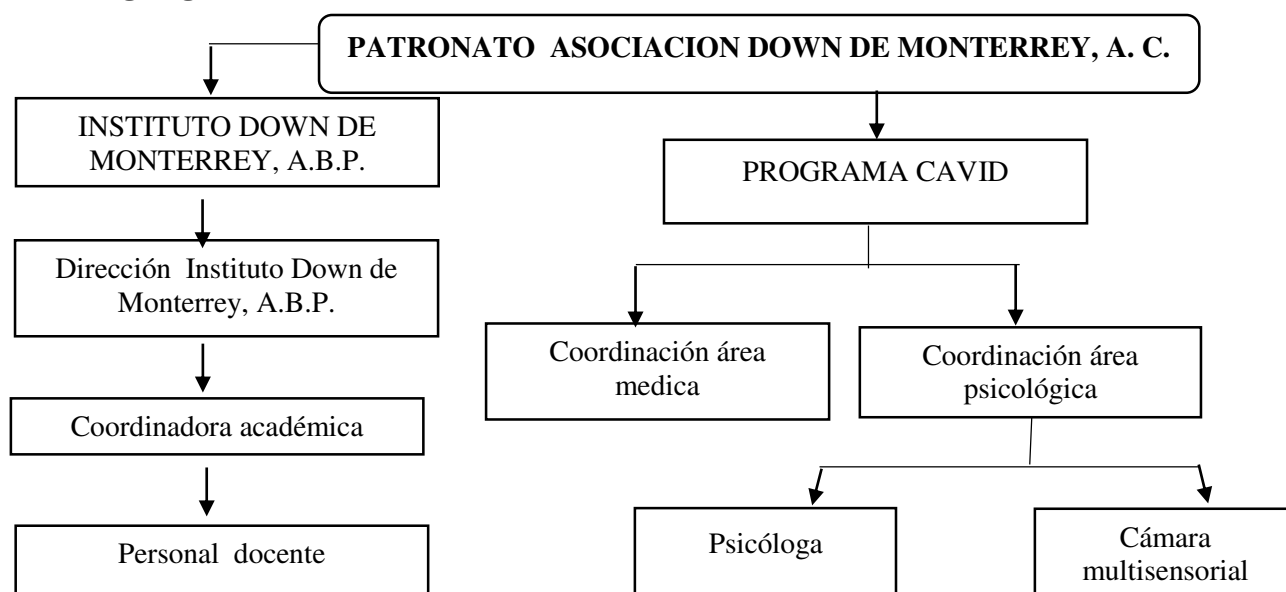
### **2.2.3 Misión**

Su misión consiste en “Propiciar y proveer a las personas con Síndrome de Down un desarrollo integral que asegure su calidad de vida y su inclusión a la sociedad” (Down Monterrey, 2014).

### **2.2.4 Visión**

De igual manera, cuenta con la visión de “Ser un centro de capacitación y enseñanza que promueva la inclusión de las personas con Síndrome de Down dentro de la sociedad y su entorno familiar, incrementando su calidad de vida, hasta alcanzar una vida independiente” (Asociación Down Monterrey, 2014).

### 2.2.5 Organigrama



### 2.2.6 Recursos institucionales

El Instituto Down se encuentra equipado con amplias instalaciones, entre las que se pueden encontrar diferentes áreas:

- ❖ **Administrativa:** constituida por las oficinas y el consultorio médico
- ❖ **Actividades académicas y co-curriculares:** salón de música, arte, estimulación temprana y sensorial
- ❖ **Comedor:** distribuido en área de personal y área de alumnos
- ❖ **Deportiva:** gimnasio
- ❖ **Trabajo:** maquila (para adultos con SD)
- ❖ **Estancia y recreación:** patio delantero y trasero.
- ❖ **Otros:** sala polivalente (presentaciones grupales y sitio de reunión con los padres de familia).

### 2.3 Programa Cavid

Después de un periodo considerable de funcionamiento, y tomando en cuenta las necesidades de la población, la Asociación Down de Monterrey a través del Instituto Down, desarrolla el programa Calidad de Vida Down (Cavid) en octubre del año 2008, con la finalidad de ampliar su atención a las familias de las personas que tienen esta condición. De esta manera, Cavid comenzó a dar servicios a los alumnos del instituto y sus familias, con el fin de incidir en su calidad de vida. En la actualidad los servicios que brinda el programa se ofrecen de manera gradual, al ampliar su cobertura a personas externas a la institución. Este programa está localizado en las instalaciones del Instituto Down (Down Monterrey, 2014).

### **2.3.1 Propósito**

Cavid tiene el propósito de “Ofrecerles tanto a las personas con Síndrome de Down como a sus familias un servicio integral a través de sus dos áreas de atención: médica y psicológica” (Down Monterrey, 2014).

### **2.3.2 Proyectos que ofrece Cavid**

Del citado programa se desprenden algunos proyectos dirigidos a las familias de las personas con Síndrome de Down, implementados en el transcurso de su trayectoria, entre los cuales, se pueden destacar los siguientes (Down Monterrey, 2014):

- ❖ Apoyo para padres de familia de los jóvenes de talleres
- ❖ Apoyo de padres a padres
- ❖ “Yo opino, Yo pienso” dirigido a los alumnos que integran el grupo de talleres
- ❖ Abuelos
- ❖ Estimulación temprana y maternal
- ❖ Pre-escolares a talleres
- ❖ Talleres para los hermanos de las personas con síndrome de Down (se encuentran en periodo de implementación)

Como se puede apreciar, la Asociación Down de Monterrey a través del Instituto Down y el programa Cavid, muestra interés en la participación de los padres de familia de las personas con Síndrome de Down, debido a que se considera que la participación de ellos, es vital para el proceso de formación de los alumnos.

Este Programa Cavid dio cabida al Proyecto de Intervención Social propuesto, dirigido específicamente a los padres de familia y/o cuidadores de niños con Síndrome de Down.

### **3. METODOLOGÍA DEL PROYECTO**

En este capítulo se abordará la metodología que se utilizó para la realización e implementación del proyecto social. En primer lugar, entre los elementos que serán presentados se encuentra el diagnóstico social aplicado a la población objetivo, seguido de las técnicas de recolección de datos y finalmente, los resultados del mismo. Continuando con los puntos a tratar se presentará la metodología del marco lógico, a través de la cual se realizó la planeación del proyecto, mostrando algunos elementos gráficos para la mejor apreciación de la elaboración del proyecto.

En el mismo orden, se presentarán los elementos que componen al proyecto como lo son justificación, objetivos, metas, población objetivo, tipos de beneficiarios y finalmente de manera amplia se mostrarán las sesiones de trabajo con los temas, dinámicas y técnicas aplicadas.

#### **3.1 Diagnóstico social**

Con la finalidad de adquirir información que permita profundizar en las situaciones por las que atraviesa la población con la que se tiene interés en intervenir, es necesario propiciar contactos previos a la planeación de la intervención. En relación a ello, Aguilar y Ander-Egg (1999) consideran que el diagnóstico social ofrece la información que hace posible saber qué está sucediendo y, a la vez brinda datos que permiten conocer o identificar qué acciones concretas y pertinentes se pueden desarrollar para determinada intervención. Así mismo se hace posible ampliar la perspectiva referente a la situación en la que se pretende intervenir, permitiendo la selección de las estrategias de actuación más viables y apropiadas. Como se puede apreciar, esta fase es necesaria para profundizar en las necesidades percibidas de las personas e incluso, es pertinente para detectar aquellas de las que no son conscientes, favoreciendo la extensión en el panorama de intervención.

##### **3.1.1 Diagnóstico social del proyecto**

Como se mencionaba anteriormente, el diagnóstico social permite obtener información referente a la población objetivo, con la finalidad de adquirir una perspectiva más amplia respecto a sus necesidades, por tal motivo se propició un contacto previo a la planeación de la intervención, con el objetivo de aplicar dicho diagnóstico a los cuidadores de personas con Síndrome de Down del Instituto Down de Monterrey A.B.P.

En este mismo sentido, se puede referir que el acercamiento a la población objetivo se dio por medio de la aplicación de una encuesta, considerándola como la opción más viable para tener

este primer contacto. Esta técnica de recolección de datos, se contempló pertinente por varias razones, entre ellas la vulnerabilidad de la población, ante el hecho de contar con la presencia de discapacidad en un miembro de su familia. Por otro lado, las referencias previamente brindadas por las autoridades de la institución, con relación a la renuencia que la población manifestaba al ser invitada a las reuniones, talleres o grupos para padres.

De acuerdo a lo anterior, se puede referir que la utilización de esta técnica de recolección fue conveniente en la fase de diagnóstico, debido a que permitió un contacto con la población objetivo que no invadió su privacidad, al ser la encuesta anónima, omitiendo grabaciones y fotografías que pudieran propiciar su desconfianza, renuencia, o disgusto.

En el orden de las ideas previas, se prosigue indicando que el instrumento fue aplicado durante el mes de junio 2014, en las instalaciones del Instituto Down de Monterrey A.B.P., la encuesta fue aplicada a 45 padres de familia y/o cuidadores de personas con Síndrome de Down, que formaban parte de la población que atiende el Instituto.

La muestra estuvo constituida en un 84.4% por mujeres y en un 15.6 % por hombres. Cabe mencionar que el 82.2% eran madres, 15.6% padres y el 2.2% cuidadores. Respecto a las edades de estas personas encuestadas se puede referir que un 6.7% comprende edades de 20 a 25 años, con 15.6% entre 26 a 30 años, así mismo con 6.7% de 31 a 35 años, un 8.9% es de 36 a 40 años, el 22.2% tiene de 41 a 45 años, un 11.1% es de 46 a 50 años, el 2.2% tiene de 51 a 55 años y finalmente el 22.2% tiene 56 años y más.

El instrumento diagnóstico consistió en una encuesta conformada de 75 ítems, (mostrada en el anexo 1.1). Este instrumento está dividido en 2 apartados, el primero de ellos dirigido a padres y/o cuidadores y, el segundo diseñado exclusivamente para los padres. Las secciones fueron diseñadas con la finalidad de conocer diversos aspectos de la población objetivo, entre los cuales se encontraban:

#### **Sección general:**

- ❖ Datos personales
- ❖ Situación laboral
- ❖ Tiempo de trayecto de su domicilio al Instituto
- ❖ Interacción en el Instituto
- ❖ Pasatiempos
- ❖ Percepciones de las personas que conviven con la persona que tiene Síndrome de Down
- ❖ Emociones

#### **Sección para padres:**

- ❖ Estructura familiar
- ❖ Padres e hijos con Síndrome de Down
- ❖ Interacción con la pareja
- ❖ Interacción con el resto de los hijos

### **3.1.2 Resultados del diagnóstico social**

Al realizar un recorrido por los datos brindados por los cuidadores que formaron parte de la muestra tomada de la totalidad de la población del instituto, se pueden destacar los siguientes

aspectos, considerados mayormente relevantes para la planeación del proyecto, tomando en cuenta las diferentes secciones que se abordaron en la encuesta:

### ❖ **Pasatiempos**

Con el fin de profundizar en las actividades que la población objetivo realiza en sus tiempos libres, se les preguntó a las personas que conformaron la muestra, cuál era su dinámica después de dejar a sus hijos en el Instituto, además de cuáles eran las actividades que tenían deseos de realizar en estos espacios libres. Por otro lado se buscó conocer las actividades que les gustaría llevar a cabo y no les es posible por falta de tiempo. Así mismo, se les preguntó sobre las temáticas en las que les agradaría profundizar.

En relación a lo mencionado, los padres de familia y/o cuidadores comparten lo siguiente:

- El 42.2% refiere que al dejar al alumno en el Instituto vuelven a su casa, el 22.2% comparte que esperan en las instalaciones del Instituto, un 13.3% refiere que acuden a trabajar, un 2.2% realizan otras actividades y el 20% no proporcionó este dato.
- Acerca de las actividades que les gusta realizar en sus tiempos libres, el 28.8% menciona que ve televisión, 15.6% visita a familiares, 11.1% realiza actividades deportivas, 8.9% sale de paseo, 6.7% lee, con el mismo valor (6.7%) asiste a alguna clase de su interés, un 4.4% duerme y con el mismo porcentaje (4.4%) asiste a la iglesia, el 13.3% refiere realizar otras actividades que no especifica.

Entre las actividades que los padres y/o cuidadores quisieran realizar y no lo hacen por falta de tiempo se puede identificar, que un 11.1% desea estar tranquilamente en algún lugar, con el mismo porcentaje (11.1%) pertenecer a un grupo de su interés, de igual manera con 11.1% realizar actividades deportivas. Siguiendo en esta línea de preferencias se encuentran con un 8.9% leer y ver películas respectivamente, 6.7% pasear en el campo. Por otro lado el 26.7% concuerda que le gustaría realizar todas las actividades de las que se han hablado anteriormente y el 15.6% se abstuvo de brindar su opinión.

Además de lo mencionado, los porcentajes más altos de los participantes de la muestra encuestada, manifestaron su interés ante algunas temáticas sugeridas, esta afinidad se plasma de la manera siguiente:

- El 20% de los padres y/o cuidadores presenta inclinación en temáticas referentes al Síndrome de Down, superación personal, salud y nutrición.
- De igual manera 20% de las personas encuestadas expresan afinidad con temas relacionados al Síndrome de Down, cuidado y atención de las personas con síndrome de Down, salud y nutrición.
- Siguiendo con este punto el 15.6% de los padres y/o cuidadores manifiestan que les gustaría explorar temas referentes a superación personal, unión familiar, cuidado y atención de las personas con Síndrome de Down.
- Por otro lado al 13.3% le gustaría profundizar en temas relacionados a salud y nutrición, manejo del estrés, cuidado y atención de las personas con Síndrome de Down.



### ❖ Emociones

En este apartado se contempló importante conocer la percepción que los padres tenían respecto a su persona y lo que sentían en relación a sí mismos. En relación a ellos se puede comentar lo siguiente:

- Referente a la percepción que los padres y/o cuidadores de las personas con Síndrome de Down, tienen acerca de cómo se sienten, se puede referir que el 31.1% manifiesta que siempre se siente bien consigo mismo, 35.6% expresa que *casi siempre* se siente bien con sí mismo, el 28.9% comenta que *algunas veces* se siente bien con sí mismo, como dato interesante se comparte que el 4.4% de los encuestados prefirió no responder esta pregunta.
- En relación a la percepción de la expresión de emociones se puede mencionar que, el 37.8% de los padres y/o cuidadores, comparte que siempre acostumbran expresar sus emociones, el 24.4% manifiestan que *casi siempre* acostumbran esta expresión de emociones, un 28.9% comparten que *algunas veces* acostumbran expresar sus emociones, y finalmente el 2.2% menciona que *nunca* expresan sus emociones. El 6.7% de la población encuestada prefirió no brindar esta información.

Al sugerir la presencia de algunas emociones en la vida diaria de las personas encuestadas se obtuvo la siguiente información:

- El 20% de los padres y/o cuidadores manifiesta que siempre se sienten tranquilos, un 33.3% *casi siempre* experimentan tranquilidad, el 37.8% de ellos *algunas veces* se sienten tranquilos, un 2.2% comparte que *nunca* se siente tranquilo. Un 6.7% de las personas encuestadas prefirieron no proporcionar esta información.
- Un 24.4% comparte que siempre se sienten alegres, contentos y entusiasmados, un 31.1% refiere que *casi siempre* manifiestan estos sentimientos, el 33.3% de los padres y/o cuidadores expresan que *algunas veces* se sienten alegres, contentos y entusiasmados, el 2.2% *nunca* se siente de esta forma y, finalmente el 8.9% de las personas encuestadas prefirió no compartir esta información.
- Respecto al sentimiento de tristeza, un 6.7% de la muestra refiere que *casi siempre* se sienten tristes, el 75.6% *algunas veces* se sienten tristes, un 6.7% refiere *nunca* sentirse triste. Para finalizar en el reconocimiento de estos sentimientos, el 11.1% prefirió no proporcionar la información solicitada.
- Concerniente a las emociones de miedo, temor y angustia, un 4.4% refiere *siempre* experimentarlos, un 2.2% comparte *casi siempre* percibirlos, el 71.1% *algunas veces* los manifiestan, el 11.1% *nunca* los manifiestan, el 11.1% prefirió no compartir la información requerida.
- Con respecto a la emoción de culpa el 28.9% de las personas encuestadas comenta que *algunas veces* se siente culpable, el 60% de las personas encuestadas refirió que *nunca* se siente de esta manera, el 11.1% de esta población encuestada prefirió no responder lo solicitado.

- Siguiendo en esta línea el 4.4% de los padres y/o cuidadores refiere que *siempre* experimenta emociones de enojo, rabia y frustración, un 2.2% comparte que *casi siempre* presenta estas emociones, mientras que un 51.1% comparte que *algunas veces* están presentes estas emociones, un 33.3% menciona que *nunca* experimenta esas emociones. Finalmente se aprecia que el 8.9% de los participantes prefirió no compartir esta información.
- Un 4.4% de las personas encuestadas refieren que *siempre* se sienten solos, desamparados o desanimados, un 40% refiere que *algunas veces* sí experimenta esto, un 46.7% de la muestra encuestada refiere que *nunca* se ha sentido de esta manera, el 8.9% de la población encuestada no brindó este dato.

Con respecto a las emociones que los padres de familia encuestados manifestaron al conocer la condición Down de su hijo, se puede compartir la información con los porcentajes más elevados:

- El 31.1% de los padres actualmente experimenta alegría, paz, tranquilidad, aceptación, amor, y esperanza.
- El 11.1% siente angustia, alegría, paz, tranquilidad, aceptación, amor y esperanza.
- Igualmente con este porcentaje 11.1% manifiestan que sienten miedo, alegría, paz, aceptación, amor y esperanza.
- Un 8.9% siente alegría, tranquilidad, amor y esperanza.
- Con este mismo porcentaje de 8.9% los padres comparten que experimentan alegría, paz, tranquilidad, aceptación, amor, esperanza, desesperación y estrés.
- El 6.7% de los padres expresa que siente alegría, angustia, miedo, desesperación, aceptación y amor.

#### ❖ **Interacción con la pareja**

Este apartado fue diseñado con la finalidad de conocer cómo era la interacción que las personas encuestadas tenían con su pareja, para eso se tomó en cuenta la percepción de su comunicación y el estado actual de la pareja, según los participantes:

- El 20% de los padres, considera que la relación con su pareja es *excelente*, el 22.2% de ellos considera que es *muy buena* y el 20% cree es *buena*, un 5% considera que la relación con su pareja es *regular*, así como el 2.2% respectivamente que es *mala* y *muy mala*. Finalmente un 6.5% de los padres de familia encuestados prefirieron no proporcionar esta información.
- El 20% de los padres considera que la comunicación con su pareja es *excelente*, 15.6% refiere que la comunicación es *muy buena* y otro 15.6% considera que es *buena*. El 8% percibe la comunicación como *regular*. 6.7% la aprecia como *mala* y finalmente el 2.2% la considera *muy mala*. El 6.5% de la muestra no proporcionó estos datos.
- Referente a lo agradable que los padres de familia consideran las conversaciones que tienen con su pareja, se puede decir que el 33.3% siente que las conversaciones *algunas veces* son agradables, un 22.2% considera que las conversaciones *siempre* son agradables, el 20% *casi siempre* las considera así, para un 6.7% *nunca* son agradables y en el 2.3% se encuentran aquellas personas que prefirieron no proporcionar esta información.

- Un 6.7% de las parejas encuestadas *siempre piensa que su relación desapareció o terminó por completo*, el 24.4% *algunas veces* piensa esto, el 48% *nunca* piensa que la relación con su pareja desapareció o terminó por completo, el 4.5% prefirió no compartir esta información.

#### ❖ **Interacción con el resto de los hijos(as)**

La sección fue elaborada con el propósito de identificar la percepción que tenían los padres de familia, referente a la relación que tenían con el resto de sus hijos(as) que no presentan la condición Down. De acuerdo a las opiniones brindadas, se puede mencionar lo siguiente:

- El 42.2% de los padres encuestados consideran que algunas veces platica poco con sus hijos, el 20% nunca considera que platica poco con ellos, un 8.9% siempre considera que platica pocas veces con sus hijos. El 28.9% decidió no brindar esta información.
- El 37.8% de los padres de familia cree algunas veces que, cada vez que habla con el resto de sus hijos discuten, el 33.3% nunca creen que suceda esto, un 2.2% siempre considera que cada vez que habla con sus demás hijos discuten. En el 26.7% restante se encuentran aquellos que no quisieron proporcionar esta información.
- El 35.6% de los padres que aplican a esta pregunta, indican que algunas veces sienten que descuidan al resto de sus hijos por brindar más atención al hijo(a) que tiene condición Down, por el contrario el 31.9% refiere que nunca siente que descuida a sus demás hijos. Siguiendo con este punto el 11.1% menciona que casi siempre experimenta esta sensación de descuido para el resto de sus hijos. El 22.2% restante está conformado por las personas que decidieron no brindar esta información.
- El 46.7% de los padres encuestados algunas veces consideran que le dedican menos tiempo a sus hijos que no tienen condición Down, por el contrario el 26.7% menciona que nunca ha considerado que les dedica menos tiempo a sus hijos que no tienen Síndrome de Down. El 26.7% restante está conformado por las personas que decidieron no proporcionar este dato.

### **3.2 Metodología del Marco Lógico**

En este mismo orden, tomando en cuenta la revisión literaria de los capítulos anteriores y los datos adquiridos mediante la realización del diagnóstico, se prosiguió a la utilización de la metodología del marco lógico, la cual para Ortégón, Pacheco y Prieto (2005) es una herramienta que facilita el proceso de conceptualización, diseño, ejecución y evaluación de los proyectos sociales. De igual forma, García (2012) menciona que esta metodología es un instrumento que permite realizar un análisis de la situación lógico y a su vez, de pensamiento estructurado que da la oportunidad de realizar la elaboración de proyectos sociales debido a que facilita el desarrollo de una planeación por objetivos mediante el análisis de la realidad social.

#### **3.2.1 Análisis de contexto y problemas**

Como se mencionó previamente, se consideró la revisión de la literatura especializada y a la recabada por medio del diagnóstico, para pasar a la fase del análisis del contexto y problemas. Según lo que comparte García (2012) éste análisis es una de las principales herramientas para

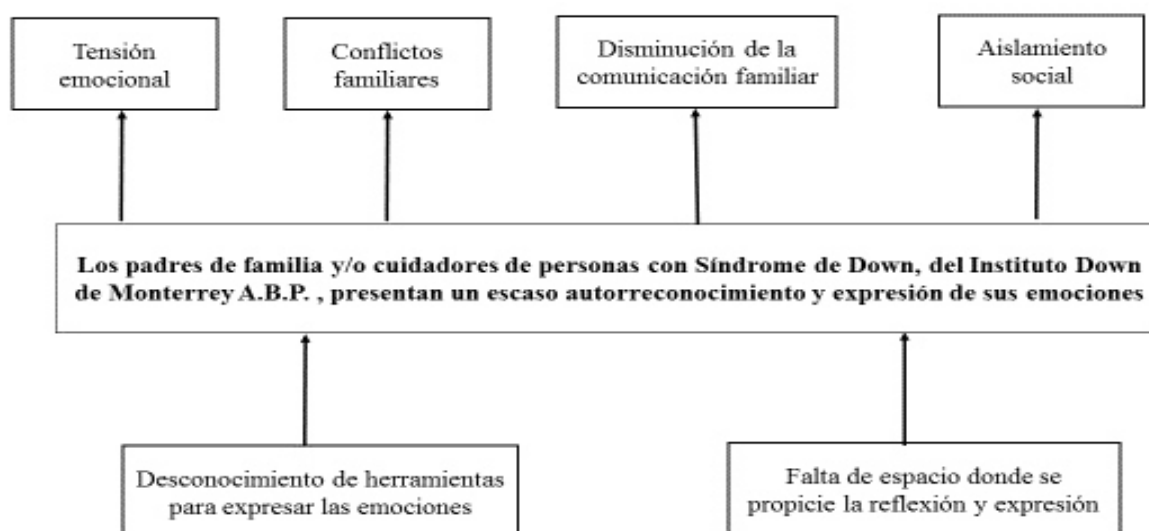
identificar los problemas que existen en una realidad determinada y así facilitar la jerarquización y relación que existe entre los mismos.

Una vez realizada la jerarquización de los problemas es necesario identificar con cuál de ellos se desea o es viable intervenir, en relación a ello Ortegón, Pacheco y Prieto (2005) mencionan que es necesario identificar la situación problema con la que se desea realizar una intervención, así como sus causas y efectos. De la misma manera, refieren que una vez que se han identificado estos elementos, es necesaria la construcción de un árbol de problemas, ya que éste permite tener una imagen competa de la situación negativa que existe (Ortegón, Pacheco y Prieto, 2005).

### 3.2.2 Árbol de problemas

Se considera necesario señalar que por medio del árbol de problemas primeramente, se identifica el problema central de una situación determinada, posteriormente, del problema central hacia arriba se colocan los efectos que éste trae consigo y finalmente, del problema central hacia abajo se establece lo que se estima lo está originando (García, 2012).

**Figura 1. Árbol de problemas**



### 3.2.3 Análisis FODA

De acuerdo a lo mencionado por García (2005), una vez identificada la situación con la cual se pretendió trabajar, se prosiguió con la realización de un análisis de Fortalezas, Oportunidades, Debilidades, y Amenazas (FODA), mediante un esquema donde se presentan los elementos relacionados en la implementación de un proyecto social. Cabe mencionar que en la primera columna de este esquema se sitúan aspectos internos y, en la segunda columna aspectos que son externos a la misma (García, 2012).

FACTORES INTERNOS	FACTORES EXTERNOS
<p style="text-align: center;"><b>FORTALEZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisión de literatura referente al tema.</li> <li>• Respaldo de la UANL</li> <li>• Existencia de Programa CAVID (Calidad de Vida Down).</li> <li>• Objetivo del Programa CAVID</li> <li>• Interés por parte del personal de la institución.</li> <li>• Existencia de recursos humanos, materiales y técnicos.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>OPORTUNIDADES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interés de trabajar e involucrar a los padres de familia y/o cuidadores. Literatura que apoya la importancia de trabajar con el tema.</li> <li>• Apoyo de profesionales externos.</li> <li>• Necesidad de que éste segmento de la población sea atendido</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>DEBILIDADES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suspensión de actividades en la Institución.</li> <li>• Percepción negativa por parte del personal del área de psicología.</li> <li>• Falta de habilitación de espacio físico para las reuniones.</li> <li>• Falta de interés de las cuidadoras</li> <li>• Escasa participación de las cuidadoras.</li> <li>• Falta de motivación de los padres. y/o cuidadores.</li> <li>• Existencia de otros proyectos dirigidos a la misma población.</li> <li>• Horarios y días de trabajo de las cuidadoras.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>AMENAZAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Condiciones climatológicas.</li> <li>• Condiciones económicas de las cuidadoras.</li> <li>• Roles y tareas familiares.</li> <li>• Otras instituciones que perciban competencia.</li> <li>• Situación de inseguridad.</li> <li>• Presencia de enfermedades.</li> </ul>

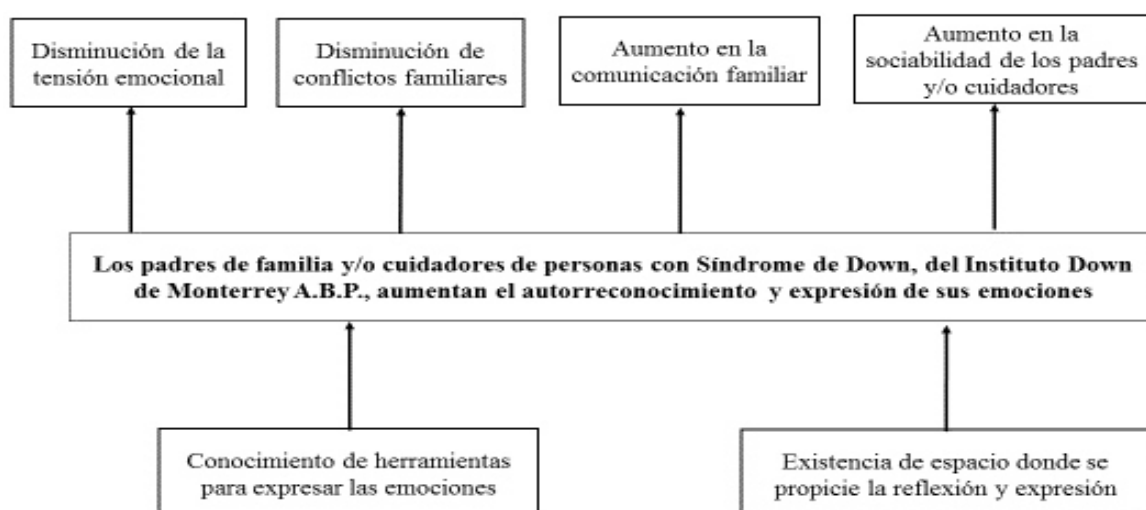
### 3.2.4 Análisis de objetivos

Una vez realizados los puntos anteriores, se continuó con la realización del análisis de objetivos. El cual para García (2012), se obtiene convirtiendo las situaciones negativas encontradas en el análisis del contexto en positivas. En sí, es el que permite tener un panorama positivo de las situaciones que se han identificado como problema, en el análisis previo.

### 3.2.5 Árbol de objetivos

De igual manera, según lo que refieren Ortegón, Pacheco y Prieto (2005) del análisis anterior, surge el árbol de objetivos, debido a que éste permite describir la situación futura a la que se pretende llegar mediante la resolución de las situaciones negativas presentadas en el árbol de problemas.

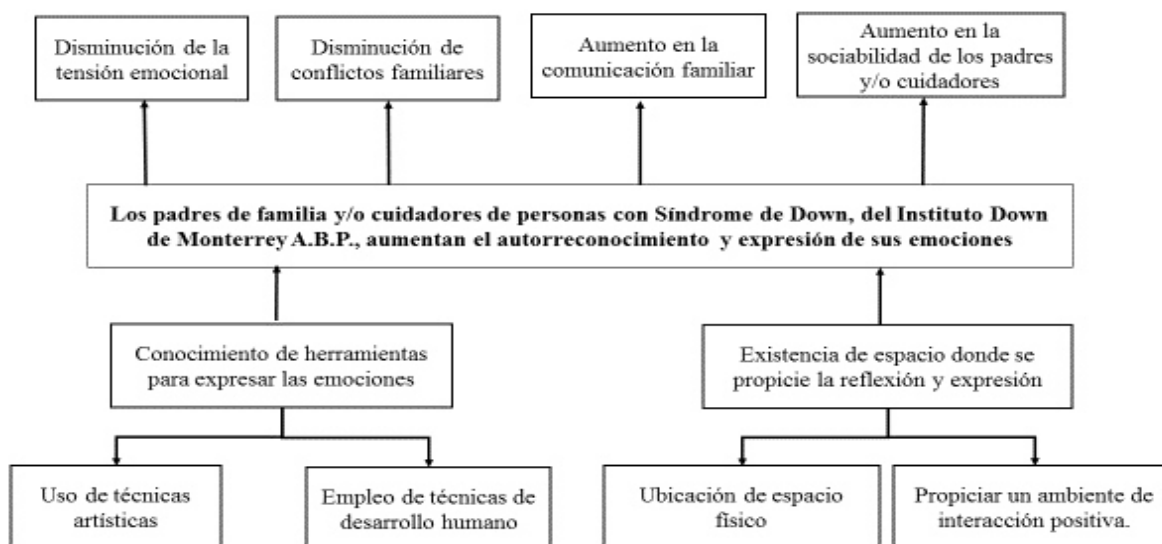
**Figura 2. Árbol de objetivos.**



### 3.2.6 Estructura analítica del proyecto

Según lo que refieren Ortegón, Pacheco y Prieto (2005) esta estructura permite establecer jerarquías relacionadas a la planeación del proyecto, como lo son: el fin que corresponde a largo plazo, el propósito que será el objetivo general el cual guiará la intervención, los componentes y las actividades que serán realizadas para alcanzar lo anterior.

**Figura 3. Estructura analítica del proyecto.**



### 3.2.7 Matriz de marco lógico

La matriz de marco lógico permite presentar de una forma sintetizada los aspectos más relevantes del proyecto de intervención. Esta matriz permite conocer en sus columnas, el resumen de los objetivos y actividades, los indicadores de los resultados, los medios con los que serán verificados y los supuestos. Así mismo, en sus filas brinda información referente al fin del proyecto, el propósito, los resultados y las actividades para alcanzarlos.

Resumen narrativos de objetivos	Indicadores	Medios de verificación	Supuestos
<b>Fin</b>			
Contribuir en el fortalecimiento del ambiente familiar de las personas que tienen Síndrome de Down, con la finalidad de aumentar su calidad de vida en el nivel primario de interacción.		1-Estadísticas del Estado de Nuevo León.	Las personas con Síndrome de Down, tienen mejor calidad de vida en su ambiente familiar.
<b>Propósito</b>			
Generar un espacio de expresión y reflexión, en el cual las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, reconozcan y expresen sus emociones, con la finalidad de aumentar sus relaciones interpersonales y con la familia misma, en pro de la persona con Síndrome de Down, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano que faciliten el autorreconocimiento y expresión de emociones.	1. 15 cuidadoras de personas con Síndrome de Down, del Instituto Down de Monterrey A.B.P, conforman y participan en el espacio de expresión y reflexión generado.	1.Listas de asistencia 2. Fotografías 3. Materiales realizados durante la intervención.	Cuidadoras de personas con síndrome de Down, del Instituto Down de Monterrey, interesados en participar en el espacio de reflexión y expresión.
	2. 10 de 15 cuidadoras de personas con Síndrome de Down, del Instituto Down de Monterrey A.B.P., autorreconocen y expresan sus emociones.	1.Listas de asistencia 2. Trabajos realizados durante la intervención. 3. Narrativas realizadas durante la intervención.	Las cuidadoras de personas con síndrome de Down, del Instituto Down de Monterrey, reconocen y expresan sus emociones.

<b>Componentes</b>			<b>Actividades</b>	
1. Autorreconocer y expresar las emociones experimentadas por las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano.	10 de las 15 cuidadoras de personas con síndrome de Down, pertenecientes al grupo, reconocen y expresan sus emociones.	1.Listas de asistencia 2.Trabajos artísticos realizados durante la intervención 3.Cuestionarios elaborados durante el periodo de intervención 4.Cuestionarios analizados. 5.Narrativas elaboradas durante la intervención 6. Narrativas analizadas.	1. Aplicación de técnicas artísticas. 2. Uso de técnicas de desarrollo humano.	Los padres de familia y/o cuidadores de personas con síndrome de Down, del Instituto Down de Monterrey, hacen uso de las técnicas artísticas y de desarrollo humano para autorreconocer y expresar sus emociones
2. Propiciar la interacción positiva entre las cuidadoras de personas con Síndrome de Down durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano.	10 de 15 cuidadoras de personas con síndrome de Down, consideran que se dio una interacción positiva durante los espacios de reflexión y expresión.	1. Encuestas de satisfacción. 2. Narrativas realizadas durante las sesiones. 3. Análisis de las narrativas realizadas. 4. Observación de la interacción.	1. Ubicación física para las reuniones. 2.Aplicación de dinámicas de integración grupal 3.Convivencias grupales. 4.Uso de técnicas de desarrollo humano 5. Empleo de técnicas artísticas	Las cuidadoras de personas con síndrome de Down, pertenecientes al grupo tienen una interacción positiva durante el período de intervención, a través de la participación en las dinámicas grupales y utilización de las técnicas artísticas y de desarrollo humano.



### 3.3 Fundamentación y/o justificación

Al tomar como base la información presentada anteriormente, se decidió formular un proyecto de intervención social dirigido a los cuidadores de personas con Síndrome de Down, cuyo objetivo consistió en el autorreconocimiento y expresión de las emociones. Este proyecto fue implementado en el Instituto Down de Monterrey, A.B.P., e insertado en el Programa Calidad de Vida Down (Cavid), mismo que dirigía acciones hacia los padres de familia pertenecientes a la institución. Por tal motivo, se consideró pertinente que el mencionado proyecto estuviera relacionado con las funciones que realiza Cavid.

Se consideró oportuno la elaboración de este proyecto, debido a la necesidad identificada en los cuidadores referente al autorreconocimiento y expresión de emociones. En relación a lo mencionado, se puede referir que el aspecto emocional es importante para los individuos, debido a que las emociones pueden influir en sus acciones y pueden iniciar una serie de situaciones distintas para cada persona. De igual manera éstas pueden propiciar consecuencias diferentes en los diversos escenarios de su vida. Además, según lo que comparte Giménez (2013) tienen una influencia en los pensamientos, conductas y actitudes que toman las personas y en la mayoría de las veces, las emociones pueden determinar la felicidad o infelicidad de los individuos.

Además de lo mencionado, la presencia de las emociones es importante debido a que tienen una razón de ser en los seres humanos, entre sus principales funciones se pueden mencionar las sociales, se estima que la manifestación de ellas permite establecer las relaciones interpersonales. En relación a ello, Izar citado por Chelis (2005) menciona que entre las funciones sociales de las emociones se pueden encontrar la facilitación de la interacción social, el control de la conducta de las demás personas, la comunicación de los estados afectivos, y la promoción de la conducta a favor de la sociedad.

Como se puede apreciar, las emociones están presentes en las diversas circunstancias de la vida, y éstas tienen la facilidad de influir en las conductas humanas, por tal motivo se consideró que la expresión de ellas, también adquiere un nivel de importancia. Para Griede, Speelman y Jansveld (2011) la capacidad de expresar las emociones y reconocerlas permite adquirir los mecanismos para mejorar la adaptación. De igual manera, de acuerdo a lo que comentan Vivas, Gallego y González (2007) tener conciencia de las emociones que se están experimentando, permite que el individuo identifique las reacciones que éstas producen en su estado físico, de comportamiento y de pensamiento. Así mismo, estos autores señalan que el hecho de reconocer las emociones y los efectos que éstas producen en sí mismos, permite reducir la vulnerabilidad y los errores relacionados a las reacciones emocionales que se tienen hacia los demás (Vivas y otros, 2007).

Por los motivos expuestos, se considera que las emociones tienen un papel fundamental en la vida diaria de los individuos, tanto a nivel personal como interpersonal. De igual manera, el autorreconocimiento emocional permite que el individuo a nivel personal adquiera una consciencia de lo que se está experimentando y qué acontecimientos lo están provocando, adquiriendo elementos que permitan la toma de decisiones para evitar situaciones o bien propiciarlas, según sea la emoción que éstas le provoquen al individuo. De igual manera la expresión de las emociones propicia que la persona exteriorice la forma en la que se siente, dejando vislumbrar sus necesidades y dando la oportunidad de que éstas puedan ser cubiertas, trabajadas o bien, reducidas. Además, la expresión de lo que se siente, brinda la oportunidad de que las relaciones sociales aumenten, mejoren su calidad o sean interrumpidas si es que se

detecta que están generando efectos negativos en el individuo, permitiendo que se tomen acciones en relación a lo identificado.

Como puede apreciarse, el autorreconocimiento y la expresión emocional permiten que los individuos adquieran la capacidad de adaptarse a sus diferentes ambientes, además favorecen la capacidad de comprenderse, y entender los motivos por los que sus reacciones son de determinada manera. Todo lo anterior, brindará elementos para que las relaciones interpersonales de los sujetos aumenten su calidad, así mismo, darán la pauta para que sus necesidades sean exteriorizadas y se permita trabajar con base en ellas, sin necesidad de actuar o emprender acciones de mejora con base en especulaciones o supuestos.

Al considerar lo expuesto anteriormente, y percatarse de la importancia que las emociones tienen para el ser humano, las cuales son generadas por diferentes situaciones y que de igual manera provocan reacciones heterogéneas en los sujetos, se estipuló que la intervención dentro de la institución fuera guiada con el paradigma fenomenológico; debido a que por medio de éste, la realidad es apreciada e interpretada desde la perspectiva de los sujetos quienes son el motivo de la acción, propiciando que ellos realicen una reflexión respecto a las situaciones que viven y les den un significado personal.

En relación a lo anterior, Nieto y Recaman (2010) comparten que la esencia del trabajo basado en este paradigma, radica en los aspectos de comprensión, significado y acción, colocando su interés en el mundo personal de los sujetos, al interpretar las situaciones por las que pasan, el significado que les brindan y sus intenciones personales.

De acuerdo a lo señalado, y tomando en cuenta la idea de fenomenología de Shutz, citado por Aguayo (2006) referente a que el profesional social se construye por la interacción con el cliente, se puede aludir, que la relación profesional entre facilitador y participante, fue construida a través de la interacción con los individuos que formaron parte del grupo, al mantener un encuentro personal con ellos que permitiera conocer y acercarse a la realidad que los participantes enfrentan.

En este mismo orden se puede indicar, que el proceso de implementación fue realizado a través del modelo de intervención humanista existencial, debido a que se buscaba que los participantes del proyecto llevarán a cabo una reflexión en relación a lo que sentían, cómo lo manifestaban y con qué frecuencia lo hacían. Así como la identificación de situaciones que les estuvieran generando malestar, para empezar a tomar conciencia de ello y por qué no, en la resolución de estos aspectos. De igual manera, por medio de la utilización de este modelo, el participante tuvo la oportunidad de apreciarse como un ser cambiante, que va aprendiendo y modificando conductas a raíz de las circunstancias por las que atraviesa, permitiéndole reconocer su valor individual y la oportunidad de potencializarlo, a través primeramente de la identificación y expresión de lo que siente, quiere y cree necesitar.

Hechas las consideraciones previas, se hizo uso del modelo humanista existencial debido a que según Payne (1995) permite propiciar la reflexión y análisis en los sujetos de intervención, además de descubrir el significado personal que le otorgan a las situaciones por las que pasan, permitiendo considerar a éste como valioso e importante para generar en este caso, nuevas propuestas de intervención que puedan ser de utilidad para la población objetivo.

De acuerdo a lo que comparte Viscarret (2009) este modelo contempla la libertad, dignidad y el potencial de elección que posee el ser humano. Así como, su constante desarrollo y evolución

que permite que se vaya formando la personalidad a través de sus elecciones y decisiones diarias. Este mismo autor comparte que el humanismo permite apreciar a la persona en sus aspectos físicos, emocionales, ideológicos y espirituales, considerando que se encuentra equipado para su óptimo desarrollo, al poseer la capacidad de cambiar constantemente, brindando a cada acción un significado personal que la hace única. De igual manera el existencialismo concibe al individuo como un ser libre, capaz de hacer lo que desee para alcanzar su plenitud, al tener la posibilidad de construirse constantemente a través de sus elecciones (Viscarret, 2009).

El modelo existencial humanista según Viscarret (2007) tiene como objetivo de la intervención clasificar las emociones de los individuos, buscando que éstos adquieran la capacidad necesaria para comprenderse a sí mismos y así, puedan analizar la significación personal que cada uno imprime al mundo que percibe y vive, teniendo respeto por las interpretaciones que cada persona brinda a su realidad.

Mediante la utilización de este modelo de intervención, se buscó fomentar la interacción con los participantes, propiciando el acercamiento y la confianza entre el facilitador y los miembros del grupo para que éste contara con la apertura para manifestar sus emociones y la manera que éstas impactan en su vida personal. Como lo menciona Payne (1995) el facilitador al momento de estar trabajando bajo este modelo, tiene que concebir a la persona como un ser individual en interacción con su entorno, respetando la comprensión e interpretación que tiene de sus vivencias, y centrando su atención en el individuo.

Por lo anterior, la intervención fue desarrollada a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano, con el interés de fomentar el lazo de confianza y de las diferentes formas de expresión entre los participantes del grupo. Se consideró pertinente el uso de técnicas artísticas debido a que son un estilo de expresión personal, que permitió que cada participante exteriorizara lo que siente, cree y espera, plasmando en cada una de ellas un sello que hacia el trabajo único e irrepetible, permitiendo que cada miembro del grupo se expresara a su estilo, sin necesidad de la utilización del lenguaje verbal. Todo esto permitirá el acercamiento hacia las diferentes perspectivas que los participantes tenían en relación a las emociones reconocidas en su persona y expresadas a través del uso de pinturas y figuras.

En relación a lo anterior se puede referir que Vivas, Gallego y González (2007), comparten que:

El arte ofrece un recurso para la expresión y exploración de las sensaciones, emociones y sentimientos...permite la exploración del mundo sentimental, así como el manejo de emociones propias y ajenas...resulta ser un instrumento efectivo para la expresión emocional.

Por estas razones se decidió, tomarlo como herramienta para incursionar en las expresiones emocionales de los participantes en el grupo de intervención social, ya que este elemento, permitió tener un primer contacto con las personas y conocer sus necesidades.

Adicionalmente a lo mencionado, se puede mencionar que el desarrollo humano según lo que refiere Lafarga (2013) es una filosofía del hombre, de la sociedad y de las relaciones interpersonales, pone énfasis a la autodeterminación y el crecimiento humano de manera individual y colectiva. Por tal motivo se consideró pertinente emplear técnicas propias de esta disciplina. Mediante la utilización de esta disciplina se ejercitaron elementos como la comunicación, escucha e interacción entre los miembros del grupo, con el objetivo de aportar herramientas que favorecieran a la expresión de sus emociones.

Cabe señalar que el proyecto de intervención social fue de carácter exploratorio debido a que se consideró que la población con la cual se pretendió intervenir era vulnerable y no se estimó prudente utilizar técnicas de recolección de datos en el diagnóstico que pudieran ser consideradas como invasivas para la privacidad de los sujetos.

Tomando en cuenta esto, se realizó este tipo de intervención con la finalidad de conocer las necesidades sentidas y/o expresadas por la población que formó parte del proyecto de intervención. Por tal razón se inició con la identificación y expresión de sus emociones, para que a través de esta reflexión se comenzaran a vislumbrar sus necesidades e intereses más cercanos.

De acuerdo a lo que comparte Mohammad (2005), el nivel exploratorio permite que se consideren prioridades para futuras investigaciones y en este caso intervenciones, además dan la oportunidad de recopilar información referente a un problema en específico, para posteriormente estudiarlo y aclarar conceptos, así mismo permite que el investigador o bien facilitador, adquiera un mayor conocimiento de los problemas que se dan en el entorno en el que está interviniendo.

Además de lo señalado, cuando se interviene de manera exploratoria, según lo que refiere Toro y Parra (2006) se tiene la finalidad de familiarizarse con un tema que es desconocido, o bien poco estudiado y/o explorado. Como fue el caso de la intervención con las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, se buscó adentrarse a su realidad para conocer sus emociones percibidas, algunas de sus causas y otras circunstancias en las que se podría intervenir.

### **3.4 Planeación y diseño de la intervención**

En las siguientes líneas se mostrarán y describirán los elementos por los que estuvo conformado el diseño de la intervención, haciendo posible de esta manera la implementación del proyecto de intervención social.

#### **3.4.1 Nombre del proyecto**

El proyecto de intervención social se tituló “Autorreconocimiento y expresión emocional de cuidadoras de personas con síndrome de Down”

#### **3.4.2 Objetivo general**

El objetivo general mediante el cual fue guiada la intervención fue el siguiente:

“Generar un espacio de expresión y reflexión, en el cual los cuidadores de personas con Síndrome de Down, expresen y reconozcan sus emociones, con la finalidad de aumentar sus relaciones interpersonales y con la familia misma, en pro de la persona con SD, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano que faciliten el autorreconocimiento y expresión de emociones. “

#### **3.4.3 Objetivos específicos**

El mencionado objetivo general, estuvo constituido por dos objetivos específicos, los cuales se mostraran a continuación:

1. Autorreconocer y expresar las emociones experimentadas por los cuidadores de personas con Síndrome de Down, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano.

2. Propiciar la interacción positiva entre los cuidadores de personas con Síndrome de Down durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano.

#### **3.4.4 Metas**

De igual manera, surgieron dos metas cuya función fue brindar un panorama positivo en relación al cumplimiento de los dos objetivos específicos planteados, este escenario fue el siguiente:

1. Los cuidadores de las personas con Síndrome de Down, reconocen y expresan sus emociones, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano.
2. Los cuidadores de personas con Síndrome de Down, tienen una interacción positiva durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano.

#### **3.4.5 Plazos**

La intervención del proyecto fue realizada en el periodo octubre-diciembre 2014, iniciando el día 7 de octubre y culminando el 1 de diciembre. Las sesiones de trabajo fueron 10, con una extensión de tiempo de 90 minutos cada una. Así mismo, se puede referir que tenían una frecuencia de una a dos veces por semana, dependiendo de las actividades programadas por las autoridades de la Institución, así como de las condiciones climatológicas.

#### **3.4.6 Población objetivo**

La población a la cual fue dirigido el proyecto de intervención social estuvo constituida por las cuidadoras de personas con síndrome de Down, que fueran parte del Instituto Down de Monterrey A.B.P.

##### **3.4.6.1 Población beneficiada directamente**

Se consideró que la población que fue beneficiada de manera directa fueron las cuidadoras de personas con Síndrome de Down del Instituto Down de Monterrey, A.B.P.

##### **3.4.6.2 Población beneficiada indirectamente**

Además de la población referida, se contempló que los beneficiarios del proyecto de manera indirecta fueron las Personas con Síndrome de Down que forman parte del Instituto Down de Monterrey A.B.P. Así como, el entorno familiar de las personas que poseen este Síndrome. Al mismo tiempo las autoridades del Instituto y su programa de apoyo dirigido a los padres de estas personas.

#### **3.4.7 Localización física**

Como se mencionó anteriormente, el proyecto fue aplicado dentro del Instituto Down de Monterrey A.B.P, que se encuentra ubicado en la colonia Pio X, en la calle del mismo nombre, con el número 1100, en el Municipio de Monterrey, Nuevo León.



### 3.4.8.2 Actividades del proyecto

**Actividad 1. Enfocada a:** Bienvenida a las personas que formarán parte del grupo

**Nombre de la actividad:** “Bienvenida”

**Componente 2:** Propiciar la interacción positiva entre las cuidadoras de personas con Síndrome de Down durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☐ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☒

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Dar la bienvenida y brindar información referente al contenido temático que se verá durante las sesiones del grupo.			
	<b>META1:</b> El 100% de los asistentes conocerá el contenido temático y adquirirá el compromiso de formar parte del grupo			
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<p><b>1. Bienvenida y dinámica inicial</b> (20 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bienvenida para las asistentes al grupo.</li> <li>Dinámica de presentación “<i>Este es mi nombre</i>” donde por turnos cada participante dirá su nombre y hablará sobre el mismo durante un máximo de 2 minutos, respondiendo preguntas referentes a: Me gusta mi nombre, porque.... ¿Quién eligió mi nombre?, ¿Prefiero que me llamen con otro nombre o apodo?, ¿Quién más en mi familia se llama como yo? Etc.</li> </ul> <p><b>2. Contenido temático</b> (20 minutos).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dar a conocer el objetivo de la intervención</li> <li>Compartir de manera general las temáticas que se desarrollarán</li> <li>Repartir el calendario de la programación de las sesiones</li> </ul> <p><b>3. Instrumento diagnóstico</b> (5 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aplicación de una encuesta para conocer el grado en que los participantes identifican y expresan lo que sienten</li> </ul> <p><b>4. Carta compromiso y consentimiento informado</b> (15 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lectura y firma de la carta compromiso por parte de los integrantes del grupo.</li> <li>Lectura y firma del consentimiento informado, por parte de los integrantes del grupo.</li> </ul> <p><b>5. Juego de lotería</b> (20 minutos)</p> <p>Introducir a los participantes a la temática del taller por medio del juego de lotería adaptado a emociones</p> <p><b>6. Cierre de actividad y agradecimiento por la asistencia</b> (5 minutos)</p> <p><b>7. Toma de refrigerio</b></p>			
	<b>Tipo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>
	<b>HUMANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Trabajadora Social</li> </ul>	\$500	\$500

RECURSOS	MATERIALES	• <b>Materiales etapa 1</b> 15 Gafetes	\$3.00	\$45.00
		• <b>Materiales etapa 2</b> 15 copias de calendarios	\$0.40	\$7.50
		• <b>Materiales etapa 3</b> 15 copias de encuestas	\$0.40	\$7.50
		• <b>Materiales etapa 4</b> 15 copias de cartas compromiso	\$0.40	\$7.50
		• 1 cajas de plumas	\$25.00	\$25.00
		• <b>Materiales etapa 5</b> 1 juego de lotería	\$100.00	\$100.00
		• 1 juego de fichas	\$25.00	\$25.00
		• Premios de lotería	\$100	\$100.00
		• <b>Materiales etapa 7</b> Refrigerio	\$150.00	\$150.00
	TÉCNICOS			
	FINANCIEROS			\$947.50
TIEMPO	PLAZO: 1 hora y 30 minutos			
	FRECUENCIA: Única			
	NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS: 1 Sesión			
INDICADORES DE EVALUACIÓN	Meta1	Cuantitativos	Cantidad de personas que firman la carta compromiso	
		Cualitativos		
	Meta2	Cuantitativos		
		Cualitativos		
TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN (ANTES-DESPUÉS)	<div><div></div><div><div></div><div>OBSERVACIÓN</div></div><div><div></div><div>OTRA (Cartas compromiso, encuesta, diario de campo para registrar reacciones)</div></div></div>			



**Actividad 2. Enfocada a:** Introducción de los participantes del proyecto en los temas y técnicas referentes a las emociones.

**Nombre de la actividad:** “¿Qué son las emociones?”

**Componente 2:** Propiciar la interacción positiva entre las cuidadoras de personas con Síndrome de Down durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☐ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☒

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Conocimiento de qué es una emoción y las diferentes emociones que existen.
	<b>META 1:</b> El 50% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down quienes son parte del grupo, identifican lo qué es una emoción y las diferentes emociones que existen.
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<p><b>1. Bienvenida y dinámica inicial</b> (15 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida</li> <li>• Dinámica inicial a través del juego “<b>Papa caliente</b>”, entrelazada con la dinámica de “<i><b>ejercicio de confianza</b></i>”, donde a la persona que le toque la papa caliente se le hará una pregunta referente a sus gustos, actividades favoritas, personas favoritas, etc. Para esto, la persona elegirá al azar una papeleta, que se encontrará en un recipiente.</li> </ul> <p><b>2-Exposición del tema</b> (30 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tema referente a “¿Qué son las emociones?” con apoyo de una dinámica de lluvia de ideas, las cuales serán escritas en un papel bond.</li> </ul> <p><b>3-Técnica artística “Garabato”</b> (25 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cada participante realizará un “<b>garabato</b>” en una cartulina con diversos materiales de su elección, ya sea crayolas, colores, plumas, entre otros.</li> <li>• Posteriormente se solicitará que “<b>el garabato</b>” sea nombrado con el nombre de alguna emoción. Mientras las participantes realizan esta actividad, habrá música de fondo para propiciar un ambiente agradable.</li> </ul> <p><b>4-Espacio de reflexión</b> (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se abre un espacio en el cual cada participante, de manera opcional puede exponer su “<b>garabato</b>” junto con la emoción que eligió.</li> </ul> <p><b>5-Cierre de la actividad.</b> (5 minutos)</p> <p><b>6- Aplicación de encuesta</b> (5 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicación de un breve instrumento de satisfacción referente al tema visto, dinámicas y técnicas utilizadas, así como instalaciones.</li> </ul> <p><b>7. Refrigerio</b></p>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Convivencia para tomar refrigerio</li></ul>				
RECURSOS	Tipo	Cantidad	Costo Unitario	Costo Total	
	HUMANOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Trabajadora Social</li></ul>	\$500	\$500	
	MATERIALES	Material etapa 1			
		<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Pelota (papa caliente)</li></ul>	\$20.00	\$20.00	
		<ul style="list-style-type: none"><li>• 15 papeletas</li></ul>	\$0.20	\$3.00	
		Material etapa 2			
		<ul style="list-style-type: none"><li>• 3 Papel Bond</li></ul>	\$3.00	\$9.00	
<ul style="list-style-type: none"><li>• 2 paquetes con 12 marcadores.</li></ul>		\$40.00	\$80.00		
Material etapa 3					
<ul style="list-style-type: none"><li>• 15 cartulinas</li></ul>	\$1.50	\$22.50			
<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 paquete de plumas</li></ul>	\$30.00	\$30.00			
<ul style="list-style-type: none"><li>• 2 paquetes de crayolas (12 crayolas)</li></ul>	\$25.00	\$25.00			
Material etapa 6					
<ul style="list-style-type: none"><li>• 15 copias encuestas de satisfacción</li></ul>	\$0.40	\$7.50			
Material etapa 7					
<ul style="list-style-type: none"><li>• Refrigerio</li></ul>	\$150.00	\$150.00			
TÉCNICOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reproductor de música.</li><li>• 1 CD con música de relajación</li></ul>		\$30	\$30	
FINANCIEROS				\$877.00	
TIEMPO	PLAZO: 1 hora y 30 minutos				
	FRECUENCIA: Única				
	NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS: 1 Sesión				
INDICADORES DE EVALUACIÓN	Meta1	Cuantitativos	Cantidad de personas que identifican qué es una emoción y la diversidad de ellas.		
		Cualitativos			
	Meta2	Cuantitativos			
		Cualitativos			
TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN (ANTES-DESPUÉS)	<ul style="list-style-type: none"><li>○ OBSERVACIÓN</li><li>○ ENCUESTA DE SATISFACCIÓN</li><li>○ OTRA (Aplicación de instrumento relacionado a la técnica trabajada durante la sesión)</li></ul>				

### Actividad 3. Enfocada a: Identificación de emociones

#### Nombre de la actividad: “Exploración de las emociones a través del color”

**Componente 1:** Autorreconocer y expresar las emociones experimentadas por las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano.

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☒ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☐

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Identificar y describir la emoción que el participante desee a través de una técnica artística.
	<b>META1:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, que forman parte del grupo, describirán la emoción que están experimentando por medio de una técnica artística.
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<p><b>1.Bienvenida y pregunta inicial</b> (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo me siento hoy?</li> </ul> <p><b>1-Dinámica inicial</b> (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se realizará a través del juego “<b>Canasta revuelta</b>” en el cual primeramente se acomodarán las sillas en forma de círculo, posteriormente se denominará a cada participante con el nombre de una emoción o sentimiento, esto será por medio de la selección al azar de una papeleta.</li> <li>• Para dar inicio al juego el facilitador mencionará el nombre de algún sentimiento o emoción, los jugadores denominados con lo mencionado se cambiarán de lugar, y el participante que resulte sin asiento será quien diga cuáles son los próximos sentimientos o emociones que se moverán, éstos pueden ser sólo uno, algunos o todos los sentimientos y emociones participantes.</li> <li>• La finalidad de la dinámica inicial, consiste en identificar algunas emociones, así como que la totalidad de los participantes se muevan de su lugar e interactúan entre sí.</li> </ul> <p><b>2- Contenido temático</b> (20 minutos).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recordar el contenido del tema pasado “¿Qué son las emociones?”</li> <li>• De manera grupal realizar un listado de ejemplos de emociones.</li> <li>• Explicación de la técnica a utilizar para expresar la emoción que los participantes decidan.</li> </ul> <p><b>3-Realización de técnica artística</b> (30 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica artística “<b>Exploración del color</b>” en la cual se otorgará a cada participante un cartoncillo de color blanco. Además se pondrá a disposición del grupo un conjunto de pinturas y pinceles.</li> <li>• Para dar inicio con esta técnica el participante identificará en su persona, la emoción que desee describir.</li> <li>• Posteriormente elegirá un color que represente la emoción que identificó.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>El participante cubrirá la totalidad del cartoncillo con el color que seleccionó.</li> <li>Ya realizada esta cobertura, la persona podrá utilizar pinturas de otros colores para aclarar u oscurecer su color base, con la finalidad de marcar la intensidad de la emoción que decidió expresar.</li> <li>Para finalizar la actividad se brindará a los participantes una hoja con dos preguntas que les permita identificar qué emoción plasmaron en la técnica utilizada, además se les solicitará que redacten de manera breve, cómo se sintieron al realizar esta técnica de <b><i>“Exploración del color”</i></b>.</li> </ul> <p><b>4- Cierre de actividad</b> (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se abrirá un espacio donde de manera voluntaria los participantes podrán exponer las emociones plasmadas, así como su sentir al realizar esta técnica.</li> </ul> <p><b>5- Agradecimiento por la asistencia</b> (10 minutos)</p> <p><b>6-Refrigerio</b> (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Convivencia para tomar refrigerio</li> </ul>			
<b>RECURSOS</b>	<b>Tipo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>
	<b>HUMANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Trabajadora Social</li> </ul>	\$500	\$500
	<b>MATERIALES</b>	<b>Material etapa 1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>15 papeletas con nombres de emociones y sentimientos.</li> </ul>	\$0.20	\$3.00
		<b>Material etapa 2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>2 rotafolios</li> <li>1 paquete de marcadores</li> </ul>	\$3.00 \$40.00	\$6.00 \$40.00
		<b>Material etapa 3</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>15 cartulinas blancas</li> <li>7 botes de pintura (diversos colores)</li> </ul>	\$1.50 \$14.00	\$22.50 \$98.00
		<ul style="list-style-type: none"> <li>15 pinceles</li> <li>15 copias de actividad del día</li> </ul>	\$3.00 \$0.40 \$25.00	\$45.00 \$6.00 \$25.00
		<b>Material etapa 6</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 cajas de plumas</li> <li>Refrigerio</li> </ul>	\$150.00	\$150.00
	<b>TÉCNICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reproductor de música.</li> <li>1 CD con música de relajación</li> </ul>	\$30	\$30
	<b>FINANCIEROS</b>			<b>\$925.50</b>
<b>TIEMPO</b>	<b>PLAZO:</b> 1 hora y 30 minutos			
	<b>FRECUENCIA:</b> Única			
	<b>NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS:</b> 1 Sesión			

<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>	<b>Meta1</b>	<b>Cuantitativos</b>	Número de descripciones referentes a las emociones, realizadas por los cuidadores de las personas con Síndrome de Down.
		<b>Cualitativos</b>	Análisis del contenido de las descripciones realizadas por los cuidadores de las personas con Síndrome de Down.
	<b>Meta2</b>	<b>Cuantitativos</b>	
		<b>Cualitativos</b>	
<b>TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN (ANTES-DESPUÉS)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>OBSERVACIÓN</b></li> <li>○ <b>OTRA</b> (Cuestionarios de la actividad)</li> </ul>		

**Actividad 4. Enfocada a:** Identificación y expresión de emociones

**Nombre de la actividad:** “Expresión de emociones a través de las texturas”

**Componente 1:** Autorreconocer y expresar las emociones experimentadas por las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano.

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☒ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☐

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Identificar y expresar una emoción que se esté experimentando, por medio de una técnica artística y posteriormente de manera escrita.
	<b>META1:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, identifican y expresan una emoción que estén experimentando en ese momento, a través de una técnica artística.
	<b>Meta 2:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, identifican expresan de manera escrita la emoción que estén experimentando y manifiestan cómo se sintieron al realizar la técnica artística.
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<p><b>1-Bienvenida y explicación de forma de trabajo del día</b> (15 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El facilitador dará la bienvenida al grupo.</li> <li>• Posteriormente explicará la forma de trabajo del día.</li> </ul> <p><b>2. Realización de técnica artística</b> (30 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica artística “<b>Exploración de la textura</b>”, en la cual primeramente se le proporcionará a cada participante un cascarón de huevo, y se pondrá a disposición del grupo un conjunto de materiales (pegamento, pinturas, algodón, diversos estilos de papeles e imágenes) que podrán ser utilizados para realización de la técnica.</li> <li>• Para dar inicio se le pedirá a las participantes que identifique la emoción(es) que en ese momento esté experimentando.</li> <li>• Ya identificada la emoción(es), la participante irá a la mesa de materiales y elegirá la textura o texturas que representen mejor lo que siente.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posteriormente las pegará en el cascarón de huevo que le fue proporcionado.</li> <li>• Para finalizar con la actividad, se entregará a cada participante una hoja con preguntas que les permita identificar, ahora de manera escrita la emoción(es) que plasmaron a través de esta técnica. Además se solicitará que redacten de manera breve, cómo se sintieron al realizar la técnica de “exploración de la textura”.</li> </ul> <p><b>3-Cierre de actividad (15 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se abrirá un espacio donde de manera voluntaria las participantes podrán exponer las emociones plasmadas, así como su sentir al realizar esta técnica.</li> </ul> <p><b>4- Agradecimiento por la asistencia (5 minutos)</b></p> <p><b>6-Receso (10 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Convivencia para tomar refrigerio</li> </ul>			
<b>RECURSOS</b>	<b>Tipo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>
	<b>HUMANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Trabajadora Social</li> </ul>	\$500	\$500
	<b>MATERIALES</b>	<p><b>Material etapa 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 15 cartones cascarón de huevo, tamaño carta</li> <li>• 7 botes de pintura de diversos colores.</li> <li>• 5 papeles lija</li> <li>• 10 pliegos de diversos papeles</li> <li>• 5 revistas</li> <li>• 6 tijeras</li> <li>• 1 bolsa de algodón</li> <li>• 15 pinceles</li> <li>• 3 botellas de pegamento</li> <li>• 20 copias de actividad del día</li> <li>• 1 caja de plumas</li> </ul> <p><b>Materiales etapa 6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Refrigerio</li> </ul>	<p>\$2.00</p> <p>\$14.00</p> <p>\$7.00</p> <p>\$5.00</p> <p>\$20.00</p> <p>\$5.00</p> <p>\$10.00</p> <p>\$3.00</p> <p>\$10.00</p> <p>\$0.40</p> <p>\$25.00</p> <p>\$150.00</p>	<p>\$30.00</p> <p>\$98.00</p> <p>\$35.00</p> <p>\$50.00</p> <p>\$100.00</p> <p>\$30.00</p> <p>\$10.00</p> <p>\$45.00</p> <p>\$30.00</p> <p>\$6.00</p> <p>\$25.00</p> <p>\$150.00</p>
	<b>TÉCNICOS</b>			
	<b>FINANCIEROS</b>			<b>\$1,109.00</b>
<b>TIEMPO</b>	<b>PLAZO:</b> 1 hora y 30 minutos			
	<b>FRECUENCIA:</b> Única			
	<b>NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS:</b> 1 Sesión			
<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>	<b>Meta1</b>	<b>Cuantitativos</b>	Número de descripciones gráficas y escritas de emociones por parte de los cuidadores de las personas con Síndrome de Down.	
		<b>Cualitativos</b>	Análisis del contenido de las descripciones escritas por parte de las cuidadoras de las personas con SD.	
	<b>Meta2</b>	<b>Cuantitativos</b>		

	Cualitativos
<b>TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN</b> (ANTES-DESPUÉS)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>OBSERVACIÓN</b></li> <li>○ <b>OTRA</b> (Cuestionarios referentes a la actividad)</li> </ul>

**Actividad 5. Enfocada a:** Conocer la importancia de expresar las emociones.

**Nombre de la actividad:** “Importancia de expresar lo que siento”

**Componente 2:** Propiciar la interacción positiva entre las cuidadoras de personas con Síndrome de Down durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☒ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☐

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Conocer la necesidad e importancia que tiene en la vida cotidiana la expresión de las emociones, con la finalidad de mejorar las relaciones interpersonales.
	<b>META1:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, conocen la necesidad e importancia de expresar las emociones que experimentan en su vida diaria.
	<b>META 2:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, expresan de manera escrita las emociones que experimentan ante sucesos de su vida cotidiana.
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<p><b>1. Bienvenida e identificación de emociones actuales de los participantes</b> (15 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciando con la pregunta: <b>¿Cómo me siento el día de hoy?</b> Por medio de una dinámica en la cual se le brindará a cada participante una hoja con el dibujo de la silueta de un rostro, en ella, cada uno de los participantes dibujará la expresión de la emoción que experimenta en ese momento y la nombrará. Además tendrá espacio para colorear y caracterizar el rostro, si así lo desea.</li> <li>• Posteriormente cada participante la mostrará al grupo y de manera opcional comentará, por qué se siente de esta manera.</li> </ul> <p><b>2. Exposición del tema “Importancia de expresar lo que siento”</b> (25 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Con la ayuda del equipo de audiovisual, a través de una breve presentación de Power Point el/la ponente expondrá el tema <b>“Importancia de expresar lo que siento”</b>. Durante la presentación se fomentará la participación del grupo con la finalidad de que los integrantes expresen su punto de vista en relación a la importancia de expresar lo que sienten, en su diario vivir.</li> </ul> <p><b>3. Aplicación de técnica de Desarrollo Humano</b> (20 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se aplicará la técnica de Desarrollo Humano <b>“Mensaje yo”</b>, donde se expondrá de manera escrita ejemplos de emociones y</li> </ul>

	<p>sentimientos. Los participantes completarán en qué situación se sienten de esa manera. Por mencionar algún ejemplo: <b>Yo me siento triste cuando....</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mientras se realiza la actividad se ambientará con música de fondo, con la finalidad de propiciar un ambiente agradable.</li> </ul> <p><b>4.Espacio de reflexión y cierre de la actividad</b> (15 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se solicitará a los miembros del grupo, que elijan 5 de los 10 enunciados utilizados en la técnica “<b>Mensaje yo</b>”, que deseen compartir de manera verbal con el resto de los asistentes.</li> </ul> <p><b>5- Aplicación de evaluación de la actividad</b> (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de un instrumento por medio del cual los miembros del grupo describirán la importancia y necesidad de la expresión de las emociones y sentimientos en su vida diaria, así como el beneficio para sus relaciones interpersonales.</li> </ul> <p><b>6.Agradecimiento por la asistencia y participación</b> (5 minutos)</p> <p><b>7. Receso.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Convivencia para tomar refrigerio.</li> </ul>			
<b>RECURSOS</b>	<b>Tipo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>
	<b>HUMANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Trabajadora Social</li> </ul>	\$500	\$500
	<b>MATERIALES</b>	<b>Materiales etapa 1</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>15 copias de la silueta de un rostro</li> </ul>	\$0.40	\$6.00
		<ul style="list-style-type: none"> <li>1 paquete de marcadores</li> </ul>	\$40.00	\$40.00
		<ul style="list-style-type: none"> <li>2 cajas de crayolas</li> </ul>	\$20.00	\$40.00
		<b>Materiales etapa 3</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>15 copias de actividad</li> </ul>	\$0.40	\$6.00
		<ul style="list-style-type: none"> <li>1 caja de plumas</li> </ul>	\$25.00	\$25.00
		<ul style="list-style-type: none"> <li>bocinas</li> </ul>	\$30.00	\$30.00
		<ul style="list-style-type: none"> <li>CD de música</li> </ul>		
		<b>Materiales etapa 5</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>15 copias de cuestionarios</li> </ul>	\$0.40	\$6.00
		<ul style="list-style-type: none"> <li>1 caja de plumas</li> </ul>		
		<b>Materiales etapa 5</b>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Refrigerio del día</li> </ul>	\$150.00	\$150.00
	<b>TÉCNICOS</b>	<b>Materiales etapa 2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Computadora</li> <li>Proyector</li> <li>Pantalla</li> <li>Bocinas</li> </ul>		
	<b>FINANCIEROS</b>			<b>\$803.00</b>
<b>TIEMPO</b>	<b>PLAZO:</b> 1 hora y 30 minutos			
	<b>FRECUENCIA:</b> Única			
	<b>NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS:</b> 1 Sesión			



<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>	<b>Meta1</b>	<b>Cuantitativos</b>	Cantidad de evaluaciones contestadas con la percepción de utilidad de la técnica de Desarrollo Humano, realizada por los miembros del grupo.
		<b>Cualitativos</b>	Análisis de la información brindada por los miembros del grupo.
	<b>Meta2</b>	<b>Cuantitativos</b>	Cantidad de formatos contestados con la expresión de emociones que cada integrante del grupo experimenta en su vida diaria.
		<b>Cualitativos</b>	Análisis de la información brindada por los miembros del grupo.
<b>TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN (ANTES-DESPUÉS)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>OBSERVACIÓN</b></li> <li>○ <b>OTRA</b> (Cuestionarios referentes a la actividad)</li> </ul>		

**Actividad 6. Enfocada a:** Expresión de las emociones.

**Nombre de la actividad:** “Expresión de lo que siento a través de las experiencias de vida”

**Componente 2:** Propiciar la interacción positiva entre las cuidadoras de personas con Síndrome de Down durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☐ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☒

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Identificar y expresar emociones que han estado presentes en circunstancias o etapas de la vida.
	<b>META1:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, identifican y expresan de manera verbal situaciones, momentos o circunstancias en las que han manifestado determinada emoción.
	<b>META 2:</b> El 80% de las cuidadoras expresa de manera escrita, su sentir al momento de trabajar con sus experiencias de vida.
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<p><b>1. Bienvenida e identificación de mi estado de ánimo actual</b> (5 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se llevará a cabo a través de la pregunta: <b>¿Cómo llego el día de hoy?</b> Por medio de una dinámica en la cual se les brindará a los participantes, un conjunto de caritas que representan diversas emociones. En este espacio los miembros del grupo seleccionaran la carita que mejor represente lo que están sintiendo, colocarán el nombre de la emoción y posteriormente la pegarán en un trozo de cartoncillo, junto con la fecha del día.</li> </ul> <p><b>2. Explicación y aplicación de la técnica del día “Círculos de Aprendizaje Interpersonal (CAI)”</b> (30 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Aplicación de la técnica de Desarrollo Humano “<b>Círculo de Aprendizaje Interpersonal</b>”</li> </ul>

RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entre los aspectos importantes a considerar en esta técnica se encuentran los siguientes:</li> <li>❖ Cada participante tendrá un tiempo promedio de 2 minutos para hablar.</li> <li>❖ Es importante que los integrantes del grupo se mantengan atentos escuchando las experiencias del resto de los miembros.</li> <li>❖ No deberá haber interrupciones por parte de los compañeros del grupo cuando alguno de ellos esté participando con su experiencia.</li> <li>Para dar inicio con la técnica, se solicitará a cada participante que evoque una situación o momento de su vida en el que haya experimentado enojo (por mencionar un ejemplo) y lo comparta con el círculo.</li> </ul> <p><b>3. Fase de validación (30 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fase en la cual se buscará sintetizar, de la manera más precisa, lo que cada uno de los compañeros compartió, sin realizar críticas, aumentar u omitir contenido del relato.</li> <li>Cada miembro del grupo elegirá a un integrante para validar lo que dijo durante la técnica, posterior a esto la persona a la cual le validaron su comentario tendrá un espacio para completar, o bien, puntualizar lo dicho por el compañero que lo validó.</li> </ul> <p><b>4. Espacio de reflexión personal (10 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se solicitará a cada participante que exprese de forma escrita, cómo se sintió durante la técnica, lo que aprendió y experimentó. En este momento se sugiere música instrumental de fondo.</li> </ul> <p><b>5. Cierre de la actividad y agradecimiento (10 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se agradecerá la participación de los integrantes del grupo en la técnica y de manera opcional, se podrán escuchar algunas opiniones respecto al cómo se sintieron al estarla realizando.</li> </ul> <p><b>6-Refrigerio (5 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Convivencia para tomar refrigerio.</li> </ul>			
	<b>Tipo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>
	<b>HUMANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Trabajadora Social</li> </ul>	\$500	\$500

	<b>MATERIALES</b>		<b>Materiales etapa 1</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 2 cartulinas blancas</li><li>• 50 caras de emociones</li><li>• 7 barras de resistol adhesivo</li></ul> <b>Materiales etapa 4</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 15 copias de validación de la actividad</li><li>• 1 caja de plumas</li><li>• Bocinas</li><li>• CD de música clásica</li></ul> <b>Materiales etapa 5</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Refrigerio del día</li></ul>	\$1.50 \$0.50 \$7.00	\$3.00 \$25.00 \$49.00
	<b>TÉCNICOS</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Computadora</li><li>• Bocinas</li></ul>		
	<b>FINANCIEROS</b>				<b>\$758.00</b>
<b>TIEMPO</b>	<b>PLAZO:</b> 1 hora y 30 minutos				
	<b>FRECUENCIA:</b> Única				
	<b>NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS:</b> 1 Sesión				
<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>	<b>Meta1</b>	<b>Cuantitativos</b>	➤ Cantidad de cuidadores de personas con Síndrome de Down que identifican y expresan una situación de su vida en la que han experimentado la emoción que se trabajó durante la sesión.		
		<b>Cualitativos</b>			
	<b>Meta2</b>	<b>Cuantitativos</b>	➤ Cantidad de expresiones escritas referentes al sentir qué experimentaron los cuidadores de personas con Síndrome de Down, relacionadas a las experiencias de vida que se trabajaron.		
		<b>Cualitativos</b>	➤ Análisis de las expresiones escritas relacionadas al sentir que experimentaron los cuidadores de personas con SD, referentes a las experiencias de vida que se trabajaron.		
<b>TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN (ANTES-DESPUÉS)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ <b>OBSERVACIÓN</b></li><li>○ <b>OTRA</b> (Cuestionarios referentes a la actividad)</li></ul>				

## Actividad 7. Enfocada a: Identificación y expresión del enojo

### Nombre de la actividad: “Expresando mi enojo”

**Componente 1:** Autorreconocer y expresar las emociones experimentadas por las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano.

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☒ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☐

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Identificar y expresar el enojo qué se siente hacia alguna persona o circunstancia.
	<b>META1:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, identifican alguna situación que les genera o generó enojo.
	<b>META 2:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, expresa a través de la utilización de alguna de las técnicas artísticas trabajadas y de manera escrita el enojo que le es generado por alguna persona o situación.
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<p><b>1. Bienvenida e identificación del estado de ánimo actual</b> (10 minutos).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>En una hoja las participantes escribirán el estado de ánimo con el cual llegan al grupo.</li> <li>Posteriormente lo mostrarán al grupo y de manera opcional, podrán compartir por qué razón se sienten así.</li> </ul> <p><b>2. Dinámica inicial</b> (10 minutos)</p> <p>Se realizará mediante el juego de las “sillas”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Primeramente las participantes formarán un círculo alrededor de las sillas, el círculo formado deberá tener una silla menos del número de jugadores.</li> <li>Se proseguirá a poner música de fondo y las participantes comenzarán a dar vueltas alrededor de las sillas.</li> <li>En un lapso corto de tiempo, se apagará la música de fondo y los participantes se sentarán en una de las sillas.</li> <li>La participante que resulte sin silla, tomará una papeleta, ésta tendrá una pregunta referente al tema que se trabajará durante la sesión.</li> </ul> <p><b>Entre las preguntas o peticiones para las papeletas, se sugieren las siguientes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Mencione 2 formas en que exprese su enojo</li> <li>❖ Exprese algún hecho que le cause enojo</li> <li>❖ Comente 2 reacciones que tenga cuando está enojada</li> </ul> <p><b>3. Recuento de la sesión anterior al recordar las situaciones que les generaban enojo, a través de la técnica de CAI</b> (5 minutos)</p> <p><b>4. Expresión del enojo</b> (35 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Para dar inicio, se pedirá a los miembros del grupo que Identifiquen una situación que les genere enojo.</li> <li>Posteriormente se solicitará que escriban la situación.</li> </ul>

RECURSOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se invitará a los participantes a liberar el enojo por medio de las técnicas artísticas trabajadas en sesiones anteriores (garabato, expresión a través del color y expresión a través de las texturas).</li> </ul> <p><b>5. Espacio para expresión (15 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>En este espacio las participantes compartirán de manera voluntaria, la situación que eligieron que les causó o causa enojo, así como la forma en que se sintieron al expresar su enojo a través de las técnicas mencionadas.</li> </ul> <p><b>6. Cierre de la actividad y agradecimiento (5 minutos)</b> Se agradecerá por la participación y apertura que se mostró durante la sesión.</p> <p><b>7.Refrigerio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Convivencia y toma de refrigerio.</li> </ul>			
	<b>Tipo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>
	<b>HUMANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Trabajadora Social</li> </ul>	\$500	\$500
	<b>MATERIALES</b>	<p><b>Materiales etapa 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>15 hojas de máquina</li> <li>2 paquetes de marcadores</li> </ul> <p><b>Materiales etapa 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>15 papeletas con preguntas</li> <li>Bocinas</li> <li>CD de música rítmica</li> </ul> <p><b>Materiales etapa 4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>15 hojas de máquina</li> <li>15 cartulinas</li> <li>1 paquete de plumas</li> <li>2 paquetes de marcadores.</li> <li>2 paquetes de crayolas.</li> <li>2 paquetes de colores de madera.</li> <li>7 pegamentos adhesivos</li> <li>5 botes de pintura de diversos colores.</li> <li>5 papel lija</li> <li>5 pliegos de diversos papeles</li> <li>6 tijeras</li> <li>15 pinceles</li> </ul>	\$0.20 \$40.00  \$0.20  \$0.20 \$1.50 \$25.00 \$40.00 \$20.00 \$20.00 \$7.00 \$14.00  \$10.00 \$5.00 \$4.00 \$3.00	\$ 3.00 \$80.00  \$3.00  \$3.00 \$22.50 \$25.00 \$80.00 \$40.00 \$40.00 \$49.00 \$98.00  \$50.00 \$25.00 \$24.00 \$45.00
	<b>TÉCNICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Computadora</li> <li>bocinas</li> </ul>		
	<b>FINANCIEROS</b>			<b>\$1,015.50</b>

<b>TIEMPO</b>	<b>PLAZO:</b> 1 hora y 30 minutos		
	<b>FRECUENCIA:</b> Única		
	<b>NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS:</b> 1 Sesión		
<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>	<b>Meta1</b>	<b>Cuantitativos</b>	➤ Cantidad de cuidadores de personas con Síndrome de Down que identifican alguna situación que les genera o generó enojo.
		<b>Cualitativos</b>	
	<b>Meta2</b>	<b>Cuantitativos</b>	➤ Cantidad de representaciones del enojo que sienten los cuidadores de personas con Síndrome de Down.
		<b>Cualitativos</b>	➤ Análisis de información brindada por cuidadores de personas con Síndrome de Down, referente a la actividad realizada.
<b>TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN (ANTES-DESPUÉS)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>OBSERVACIÓN</b></li> <li>○ <b>OTRA</b> (Cuestionarios referentes a la actividad)</li> </ul>		

### Actividad 8. Enfocada a: Identificación y expresión de emociones

**Nombre de la actividad: “Recordar y expresar emociones”**

**Componente 1:** Autorreconocer y expresar las emociones experimentadas por las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano.

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☒ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☐

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Identificar y expresar las emociones que se han experimentado en alguna circunstancia de la vida.
	<b>META1:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, identifican emociones que han experimentado en alguna circunstancia de su vida.
	<b>META 2:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, expresan de manera verbal y escrita alguna situación de su vida, junto con la emoción experimentada en ese momento que ha sido identificado.
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<p><b>1. Bienvenida e identificación del estado de ánimo actual (10 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>De manera verbal, los participantes expresarán el estado de ánimo con el cual llegan al grupo.</li> </ul> <p><b>2. Dinámica inicial (20 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se llevará a cabo mediante el juego de “<b>lotería de emociones</b>”, en el cual las participantes ganadoras recibirán un premio y seleccionarán una emoción de la carta de lotería, que compartirían con el grupo, contestando la pregunta: <b>¿qué me hace sentir de esta manera?</b></li> </ul> <p><b>3. Desarrollo de tema “Recordando y expresando emociones” (30 minutos)</b></p> <p>El tema se llevará a cabo a través de tarjetas que contengan la imagen y nombre de una determinada emoción.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Primeramente cada participante seleccionará una de estas tarjetas al azar.</li> <li>• Posteriormente la verá e inmediatamente se abrirá un espacio (aproximado a 5 minutos) en el cual cada miembro del grupo recordará un momento en el que haya experimentado esa emoción.</li> <li>• Después de este breve momento para recordar, se continuará con la actividad al mencionar la emoción seleccionada</li> <li>• Se proseguirá a expresar el momento recordado en el que se percibió de esa manera (frustrado, amado, triste, etc.).</li> </ul> <p><b>4.Espacio para expresión (15 minutos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las participantes comentarán de manera verbal su sentir, referente a la actividad.</li> <li>• Se les proporcionará una hoja de máquina donde escribirán, cómo se sintieron al realizar la actividad.</li> </ul> <p><b>5. Cierre de actividad (5 minutos)</b> Se agradece a los miembros del grupo por haber participado en la actividad y haber compartido sus experiencias de vida.</p> <p><b>6-Refrigerio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Convivencia y toma de refrigerio.</li> </ul>			
<b>RECURSOS</b>	<b>Tipo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>
	<b>HUMANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Trabajadora Social</li> </ul>	\$500	\$500
	<b>MATERIALES</b>	<p><b>Materiales etapa 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Juego de lotería \$100.00</li> <li>• 1 bote de fichas \$30.00</li> <li>• Premios \$100.00</li> </ul> <p><b>Materiales etapa 3 y 4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarjetas con emociones \$1.00</li> <li>• 15 hojas de máquina \$0.20</li> <li>• 1 caja de plumas \$25.00</li> </ul> <p><b>Materiales etapa 6 Refrigerio</b></p>	<p>\$150.00</p>	<p>\$100.00</p> <p>\$30.00</p> <p>\$100.00</p> <p>\$15.00</p> <p>\$3.00</p> <p>\$25.00</p> <p>\$150.00</p>
	<b>TÉCNICOS</b>			
	<b>FINANCIEROS</b>			<b>\$923.00</b>
<b>TIEMPO</b>	<b>PLAZO:</b> 1 hora y 30 minutos			
	<b>FRECUENCIA:</b> Única			
	<b>NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS:</b> 1 Sesión			
<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>	<b>Meta 1</b>	<b>Cuantitativos</b>	Número de participantes que identifican las emociones que han experimentado.	
		<b>Cualitativos</b>		
	<b>Meta 2</b>	<b>Cuantitativos</b>	Cantidad de cuidadores de personas con Síndrome de Down que expresan las emociones identificadas de manera escrita en situaciones de su vida.	
		<b>Cualitativos</b>	Análisis de redacciones correspondientes a las emociones identificadas que los participantes realizan.	

<b>TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN (ANTES-DESPUÉS)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ OBSERVACIÓN</li> <li>○ OTRA</li> </ul>
--	---

**Actividad 9. Enfocada a:** Identificación y expresión de emociones

**Nombre de la actividad:** “Redacción de emociones”

**Componente 1:** Autorreconocer y expresar las emociones experimentadas por las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano.

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☒ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☐

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Identificar y expresar de forma escrita, las emociones que los participantes tienen hacia una persona(s) específica(s).
	<b>META1:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, identifican la emoción(es) que desean expresar y a la persona(s) que va dirigida(s).
	<b>META 2:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, redactan una carta dirigida a una persona de su elección y le expresan la emoción(es) que desean compartir.
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<p><b>1. Bienvenida e Identificación del estado de ánimo actual</b> (10 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cada una de las participantes escribirá en un banderín el nombre de la emoción que está experimentando en ese momento.</li> <li>• Posteriormente, de manera opcional compartirán con los demás miembros del grupo por qué se sienten así.</li> </ul> <p><b>2. Dinámica inicial</b> (20 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La dinámica se llevará a cabo mediante el juego titulado “memorama de emociones”.</li> <li>• Al participante que vaya generando pares, se le otorgará un premio.</li> </ul> <p><b>3. Desarrollo de tema “Redactando mi emoción”</b> (30 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Primeramente se abrirá un espacio de reflexión y se solicitará a los miembros del grupo que identifiquen a alguna persona(s) a la cual le gustaría expresar lo que sienten.</li> <li>• Posteriormente se proporcionará a cada integrante una hoja de máquina para que redacte una carta dirigida hacia la persona que seleccionó.</li> <li>• La hoja de máquina llevará consigo un pasante en la parte de atrás y por consiguiente una segunda hoja, con la finalidad de generar una copia de la carta.</li> <li>• Se le explicará al participante el motivo del pasante y se le dará a conocer que es opcional dejar la copia de su carta.</li> <li>• Para esta actividad se pondrá música instrumental de fondo.</li> </ul>



	<b>4.Espacio para expresión (15 minutos)</b> Ya finalizada la redacción de la carta se propiciará un espacio en el que los participantes de manera voluntaria podrán leer lo que redactaron, simulando que se lo leen a la persona que va dirigida la carta, o bien compartir cómo se sintieron al realizar esta actividad (la dinámica dependerá de la apertura del grupo). <b>5. Cierre de actividad (5 minutos)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Se agradece a los participantes la participación en la actividad y se les exhorta a leer personalmente la carta al destinatario.</li><li>Se hace entrega de un breve cuestionario que permita identificar cómo se sintió el participante, al realizar la actividad del día.</li></ul> <b>6.Refrigerio</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Convivencia y toma de refrigerio</li></ul>				
<b>RECURSOS</b>	<b>Tipo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>	
	<b>HUMANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>1 Trabajadora Social</li></ul>	\$500	\$500	
	<b>MATERIALES</b>	<b>Materiales etapa 1</b>			
		<ul style="list-style-type: none"><li>15 banderines</li></ul>	\$1.00	\$15.00	
		<ul style="list-style-type: none"><li>1 paquete de marcadores</li></ul>	\$40.00	\$40.00	
		<b>Materiales etapa 2</b>			
<ul style="list-style-type: none"><li>1 Memorama</li></ul>		\$30.00	\$30.00		
<ul style="list-style-type: none"><li>Premios</li></ul>		\$100.00	\$100.00		
<b>Materiales etapa 3</b>					
<ul style="list-style-type: none"><li>30 hojas de máquina</li></ul>	\$0.20	\$6.00			
<ul style="list-style-type: none"><li>15 pasantes</li></ul>	\$3.00	\$45.00			
<ul style="list-style-type: none"><li>1 caja de plumas</li></ul>	\$25.00	\$25.00			
<b>Materiales etapa 7</b>					
<ul style="list-style-type: none"><li>Refrigerio</li></ul>	\$150.00	\$150.00			
<b>TÉCNICOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Bocinas</li><li>Computadora</li><li>CD de música instrumental</li></ul>				
<b>FINANCIEROS</b>				<b>\$911.00</b>	
<b>TIEMPO</b>	<b>PLAZO:</b> 1 hora y 30 minutos				
	<b>FRECUENCIA:</b> Única				
	<b>NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS:</b> 1 Sesión				
<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>	<b>Meta1</b>	<b>Cuantitativos</b>	➤ Número de participantes que identifican la emoción y a la persona que va dirigida		
		<b>Cualitativos</b>	➤ Análisis de emociones identificadas por los participantes.		
	<b>Meta2</b>	<b>Cuantitativos</b>	➤ Número de cartas que escriben los cuidadores de personas con Síndrome de Down en donde expresan su emoción (identificada en alguna situación de vida).		
		<b>Cualitativos</b>	➤ Análisis de las cartas redactadas por los cuidadores de personas con Síndrome de Down.		
<b>TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN (ANTES-DESPUÉS)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>OBSERVACIÓN</li><li>OTRA (Cuestionario)</li></ul> En caso de utilizar alguna técnica ANEXAR formato				

**Actividad 10. Enfocada a:** Clausura del taller**Nombre de la actividad:** “Clausura del taller”

**Componente 2:** Propiciar la interacción positiva entre las cuidadoras de personas con Síndrome de Down durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano.

**TIPO DE ACTIVIDAD:** INDIVIDUAL ☐ FAMILIAR ☐ GRUPAL ☒

<b>OBJETIVOS Y METAS</b>	<b>OBJETIVO:</b> Clausura del taller y exposición de trabajos realizados durante las sesiones.			
	<b>META1:</b> El 80% de las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, se sienten satisfechas con el contenido visto, durante el tiempo de intervención.			
<b>PROCEDIMIENTO</b>	<b>1.Bienvenida a miembros del grupo (5 minutos)</b> <b>2.Dinámica inicial (15 minutos)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se colocará en la espalda de cada participante un cartel en blanco, en el cual cada miembro del grupo escribirá algo positivo dirigido a su compañero(a).</li> <li>Al finalizar la actividad anterior, se abrirá un espacio para que cada participante lea los comentarios que le escribieron.</li> </ul> <b>3.Espacio de expresión (20 minutos)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se preguntará a los participantes cómo se sintieron con la actividad y se les dará oportunidad de que expresen su sentir hacia otros(as) miembros si así lo desean.</li> <li>Además se preguntará de manera verbal y por escrito, cómo se sintieron durante el taller, qué aprendieron durante las sesiones y qué les gustaría que fuera mejorado para los próximos talleres, todo esto a través de una encuesta de satisfacción.</li> <li>Así mismo se aplicará un instrumento de evaluación.</li> </ul> <b>4.Entrega de reconocimientos (20 minutos)</b> Se realizará la entrega de reconocimientos y presentes por parte de las autoridades del Instituto a los participantes del taller.			
	<b>5.Convivencia y exposición de trabajos</b> Durante la convivencia, se expondrán los trabajos realizados por los miembros del grupo, durante las sesiones.			
	<b>Tipo</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>
	<b>HUMANOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 Trabajadora Social</li> </ul>	\$500	\$500

RECURSOS	MATERIALES	<div><div>Materiales etapa 2</div><div><div>• 15 letreros</div><div>• 15 cordones</div><div>• 1 paquete de marcadores</div></div><div>Materiales etapa 3</div><div><div>• 15 copias de evaluación del taller</div><div>• 15 copias encuesta de satisfacción</div></div><div>Materiales etapa 4</div><div><div>• 15 reconocimientos</div><div>• 15 presentes</div></div><div>Materiales etapa 5</div><div><div>• Refrigerio</div></div></div>	<div><div>\$1.50</div><div>\$1.50</div><div>\$40.00</div><div>\$0.40</div><div>\$0.40</div><div>\$10.00</div><div>\$300</div><div>\$300</div></div>	<div><div>\$22.50</div><div>\$22.50</div><div>\$40.00</div><div>\$6.00</div><div>\$6.00</div><div>\$150</div><div>\$300</div><div>\$300</div></div>
	TÉCNICOS	<div><div>• Bocinas</div><div>• Computadora</div><div>• CD de música rítmica</div></div>		
	FINANCIEROS			\$1,347.00
	TIEMPO	<div><div>PLAZO: 1 hora y 30 minutos</div><div>FRECUENCIA: Única</div><div>NÚMERO DE SESIONES REQUERIDAS: 1 Sesión</div></div>		
INDICADORES DE EVALUACIÓN	Meta1	Cuantitativos	<div>➤ Nivel de satisfacción de los cuidadores referente al taller.</div>	
		Cualitativos	<div>➤ Análisis de opiniones de los cuidadores de personas con SD.</div>	
	Meta2	Cuantitativos		
		Cualitativos		
TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN (ANTES-DESPUÉS)	<div><div><div>○ OBSERVACIÓN</div><div>○ OTRA (Cuestionario)</div></div><div>En caso de utilizar alguna técnica ANEXAR formato</div></div>			

### **3.4.9 Recursos humanos, materiales, técnicos y financieros**

Como se pudo apreciar anteriormente, para la realización del proyecto de intervención social dirigido a cuidadoras de personas con síndrome de Down, fueron necesarios un conjunto de recursos de diversa índole, éstos se describirán detalladamente a continuación:

#### **3.4.9.1 Recursos humanos**

En este tipo de recurso se encuentran las personas que de alguna manera participaron en la intervención, al otorgar apoyo, movilizar recursos, o tener una participación directa con el grupo con el que se trabajó, entre los recursos humanos presentes en el transcurso de la intervención se encuentran:

##### **❖ Autoridades del Instituto Down de Monterrey:**

- Facilitaron el acceso a la Institución.
- Apoyaron para establecer contacto con el personal docente y administrativo del Instituto.
- Facilitaron el contacto con la población objetivo.
- Propiciaron encuentros previos con la población objetivo para la aplicación del diagnóstico social.
- Colaboraron para el establecimiento de días y horarios de trabajo.
- Brindaron el espacio físico para realizar la intervención.

##### **❖ Asesora del proyecto**

- Encargada de supervisar las diferentes fases de elaboración: diagnóstico, planeación, ejecución y evaluación.

##### **❖ Facilitador del proyecto**

- Organización del proyecto en sus diferentes etapas: diagnóstico, planeación, ejecución y evaluación.
- Responsable de los temas, dinámicas y técnicas con las que se llevaron a cabo la intervención.
- Dirección de la dinámica grupal durante las sesiones de trabajo.

##### **❖ Integrantes del grupo de intervención**

- Participaron con su asistencia durante las 10 sesiones de trabajo
- Aportaron sus opiniones y comentarios para la mejora de la intervención
- Compartieron sus emociones y experiencias de vida
- Tuvieron iniciativa para contribuir con el refrigerio

##### **❖ Personal de intendencia**

- Limpieza y orden del lugar de trabajo

#### **3.4.9.2 Recursos materiales**

Los recursos materiales están constituidos por el equipo e insumos necesarios para realizar la intervención, en este caso una parte de ellos fueron proporcionados por las autoridades de la Institución y los restantes por la facilitadora.

Entre los recursos materiales proporcionados por Instituto Down de Monterrey A.B.P., se encuentran:

- Espacio físico
- Sillas
- Mesas
- Electricidad
- Agua

Los recursos brindados por la facilitadora del proyecto fueron:

- Material de oficina: hojas de máquina, plumas, copias, grapadora, grapas, clips, entre otras cosas.
- Materiales para cada técnica como lo fueron: pinturas, pinceles, marcadores, colores, revistas, periódico, cartoncillos, desechables, por mencionar algunas cosas.
- CD's de música instrumental
- CD's de música rítmica.
- Refrigerio.

#### **3.4.9.3 Recursos técnicos**

En estos recursos se encuentran los proporcionados por la Institución, que en este caso fueron:

##### **❖ Equipo audiovisual de la institución**

- Pantalla
- Proyector

Los proporcionados por la facilitadora como:

- Computadora portátil
- Bocinas
- Cámara fotográfica

#### **3.4.9.4 Recursos financieros**

La totalidad de los recursos financieros, mediante los cuales se hizo posible la compra de los diversos materiales proporcionados por la facilitadora del proyecto, fueron obtenidos por medio de la beca otorgada por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT).

## **4. EVALUACIÓN DEL PROYECTO**

En este capítulo se profundizará en el tema de la evaluación del proyecto, iniciando con una revisión de la literatura especializada referente a la importancia que tiene la evaluación de un proyecto al concluir su implementación. Posteriormente se expondrán algunos tipos de evaluación y, se profundizará en la que fue realizada en este proyecto de intervención.

### **4.1 Evaluación**

La evaluación se realiza con la finalidad de identificar la efectividad de los resultados obtenidos de una determinada intervención, en este caso de un proyecto social en específico. Este proceso se realiza a través de un conjunto de etapas, con la intención de comprobar si las acciones desarrolladas contribuyeron al cumplimiento o no, del objetivo planteado inicialmente.

En relación a lo anterior Nirenberg, Bratuermun y Ruiz (2000) mencionan que la evaluación, ya sea de programas o proyectos sociales, es una actividad que ha sido programada con la finalidad de reflexionar sobre el impacto, con base en lo realizado durante la intervención. Estos autores comentan que la evaluación debe de estar sustentada en procedimientos de recolección, análisis e interpretación de la información obtenida, con la finalidad de expresar y comunicar los resultados con el fundamento teórico necesario.

Al mismo tiempo, la evaluación permite detectar las áreas de oportunidad suscitadas durante la intervención, así como las fortalezas del proyecto y posibles oportunidades de seguimiento. En relación a esto, Picado (1993) comenta que evaluar representa un proceso de aprendizaje, no solo por los resultados que se obtienen a partir de ella, sino también durante el tiempo en que se está realizando, debido a que se tiene la oportunidad de reflexionar con base en las acciones y decisiones que se están llevando a cabo.

### **4.2 Tipos de evaluación**

Existen diversos tipos de evaluación dependiendo de varios aspectos o factores, como se muestra a continuación:

- a) Tiempo de desarrollo, personas responsables de evaluar y propósitos que se tienen a futuro en relación a los resultados de la evaluación (Nirenberg et al., 2000).
- b) La evaluación puede ser realizada en dos momentos, antes de iniciar con el proyecto y después, al concluir con las actividades (Cohen y Franco, 1992).
- c) Dependiendo de la persona que la realice la evaluación puede ser: externa, interna, autoevaluación, participativa y mixta (Nirenberg et al., 2000).
- d) La evaluación se subdivide en diseños experimentales, cuasiexperimentales y no experimentales (Weiss, 2008).
- e) De los diseños de evaluación surgen modelos, para los diseños experimentales se encuentran los tipos de evaluación con grupo de control y grupo experimental. De los diseños cuasiexperimentales se derivan modelos de evaluación de series temporales y grupos de control no equivalentes o de comparación. Finalmente, en el diseño no experimental, los modelos de evaluación antes-después, solo después con grupo de comparación y después (Cohen y Franco, 1992).

### 4.3 Metodología de la evaluación

Debido a que la evaluación fue desarrollada por el profesional de Trabajo Social y Desarrollo Humano que implementó el proyecto, se considera que es una autoevaluación, la cual para Nirenberg et al. (2000) es desarrollada por los mismos sujetos que estuvieron a cargo de realizar la intervención.

Seguido a lo anterior, se determinó la utilización del diseño de *evaluación no experimental*, en el *modelo antes-después*, que para Cohen y Franco (1992), consiste en trabajar con un solo grupo que representa la población objetivo. Con este conjunto de personas se realiza un acercamiento en un primer momento del proyecto, de igual manera, una vez que la intervención ha sido concluida.

El mencionado modelo de evaluación, se consideró apropiado debido a que se pretendía identificar la diferencia de las aportaciones brindadas por las participantes en dos momentos de la intervención, referentes al autorreconocimiento y expresión de las emociones. Para esta evaluación se tomaron en cuenta a las cuidadoras que estuvieron presentes en las sesiones 3 y 9, momentos en los que se estipuló su aplicación.

Al mismo tiempo de la evaluación antes-después, se llevó a cabo una evaluación de *procesos* durante la ejecución del proyecto. Para Briones (1991) este tipo de evaluación, es la que toma en cuenta las actividades más relevantes de la intervención, entre las cuales se pueden presentar las que generen datos concernientes a la asistencia, participación, actitudes, reacciones, unión grupal, relaciones entre los miembros del grupo, nivel de satisfacción, sugerencias, por mencionar algunos aspectos. Se consideró pertinente implementar este tipo de evaluación, debido a que en el periodo de ejecución, se desarrollaron actividades que ofrecían datos importantes, referentes a la expresión y autorreconocimiento de emociones de las integrantes del grupo.

### 4.4 Metodología de análisis de datos

Mediante las técnicas de recolección, fue posible obtener información, para la realización de un análisis cualitativo de los datos. Este tipo de análisis para Flick (2007) forma parte de los procedimientos clásicos para analizar materiales textuales que pueden ir desde la información

recopilada por medio de entrevistas, hasta la que es generada por algún medio de comunicación. Además el análisis de datos cualitativos se considera conveniente, debido a que es un proceso no matemático de interpretación, que tiene como fin descubrir conceptos y organizarlos en esquemas teóricos explicativos (Bustingorry, Ibáñez y Sánchez, 2006). Con el apoyo de este análisis, fue posible obtener mayor información acerca de las participantes del proyecto.

Para realizar el análisis de los datos es necesario seguir un conjunto de pasos, en el que primeramente se lleva a cabo la recolección de la información para posteriormente organizarla en categorías de análisis. La categorización es una parte fundamental para el análisis, debido a que, para Álvarez-Gayou (2003) consiste en colocar en las categorías, conceptos relacionados con las realidades que surgen de la interacción. Así mismo, Romero (2005) comparte que las categorías están determinadas por los diferentes valores, que permiten identificar términos o expresiones de una manera clara, con la intención de evitar confusiones.

En el proceso de categorización, hay criterios que deben de ser tomados en cuenta, para esto, el mencionado autor comparte que los juicios están constituidos por: la **relevancia**, de los datos obtenidos durante la intervención; la **exclusividad**, que consiste en el cuidado de no ubicar al elemento en cuestión en dos categorías; la **complementariedad**, que permite que las categorías puedan ser utilizadas para ahondar aún más en el fenómeno estudiado; la **especificidad**, con el objetivo de que cada categoría aporte algo al tema con el que se está trabajando; y finalmente la **exhaustividad**, incluir todos los datos que fueron recolectados durante la intervención (Romero, 2005).

Este proceso de categorización, se llevó a cabo a través de la utilización de redes sistémicas y mediante una herramienta para el apoyo de análisis de datos cualitativos llamada *ATLAS.ti*, en su versión gratuita de prueba. Para comenzar a trabajar en este software, fue necesario contar con una unidad hermenéutica, la cual en este caso, estuvo constituida por todos los datos recopilados durante la etapa de ejecución, por medio de los diversos instrumentos de recolección de datos.

En este orden de ideas, se puede señalar que el análisis de los datos, fue realizado en dos niveles, primeramente de manera individual utilizando redes sistémicas, con la finalidad de identificar el autorreconocimiento y las expresiones que cada participante realizaba. Posteriormente se realizó el análisis grupal con el apoyo del software *ATLAS.ti*, con el objetivo de identificar la interacción que existió durante el desarrollo de las sesiones, en particular, sobre las emociones expresadas a nivel grupal y las opiniones que surgieron mediante ellas, con respecto a los temas desarrollados.

#### 4.5 Técnicas de recolección de datos

Las técnicas de recolección de datos aplicadas, fueron de índole cualitativo con la finalidad de profundizar en el tema y escuchar la voz y opinión de las asistentes. Teniendo como propósito mantener una interacción constante con el grupo, conocer sus experiencias, vivencias y puntos de vista. Entre las técnicas utilizadas, para la obtención de datos se encuentran el cuestionario, las narrativas, los diarios de campo y de investigación, así como la observación y fotografías.



A continuación se presenta la información que fue posible extraer de cada una de ellas.

**Tabla 1 Técnicas de recolección de datos**

<b>Narrativas</b>	<p>Que permitieron conocer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Las emociones que las mujeres experimentaron.</li> <li>❖ Las emociones que se generaron a raíz de las actividades trabajadas.</li> <li>❖ El punto de vista que se tuvo referente a los temas, dinámicas y técnicas trabajadas durante la sesión.</li> </ul>
<b>Cuestionarios</b>	<p>A través de los cuales fue posible identificar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ El autorreconocimiento de las emociones que las participantes experimentaron ante alguna situación.</li> <li>❖ La emoción que fue plasmada en la técnica artística trabajada durante el día.</li> <li>❖ El punto de vista de lo trabajado durante la o las sesiones.</li> </ul>
<b>Fotografías</b>	<p>Por medio de ellas fue posible:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Tener evidencia de la participación de los miembros del grupo.</li> <li>❖ Capturar la actitud con la que se realizaba la participación.</li> <li>❖ Apreciar la interacción grupal.</li> </ul>
<b>Diario de investigación</b>	<p>En el que fue posible:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Registrar el desarrollo durante las sesiones, cómo y por qué sucedieron las cosas de esta manera.</li> <li>❖ Plasmar cuál era el objetivo de la sesión, así como identificar qué clase de dinámicas eran agradables para el grupo, temas de mayor interés o participación grupal.</li> <li>❖ Identificar los sucesos que se creen pudieron ser favorables o no, durante las sesiones.</li> <li>❖ Recordar las pláticas que se generaron con las asistentes, ya sea antes, durante o después de la intervención del día.</li> </ul>
<b>Notas de campo</b>	<p>De utilidad para:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Registrar acontecimientos observados durante la implementación, como pueden ser: antes y después de ella.</li> <li>❖ Plasmar la interacción del grupo, participación, actitud observada.</li> <li>❖ Identificar la reacción ante la utilización de las técnicas y dinámicas desarrolladas durante la sesión.</li> </ul>

#### 4.6 Criterios de selección de datos

Hecha la puntualización anterior, resulta oportuno referir que los datos obtenidos a través de las técnicas mencionadas, correspondieron a las actividades desarrolladas a lo largo de las 10 sesiones de trabajo, llevadas a cabo en el Instituto, con el grupo de cuidadoras de personas con síndrome de Down. Dicho grupo estuvo constituido por 16 personas, en su totalidad mujeres, y los criterios que fueron considerados para seleccionar a los participantes que serían tomados en cuenta para el análisis, consistió en la asistencia que tuvieron a las sesiones, en este caso se consideró a las miembros del grupo que asistieran al menos a 6 de las 10 sesiones calendarizadas (6/10).

En este mismo sentido, se puede decir que los datos analizados estuvieron constituidos por las respuestas a los cuestionarios aplicados y las narrativas durante las sesiones. Se utilizaron como apoyo las fotografías de los trabajos y de las integrantes del grupo, así como las notas realizadas por el facilitador en el diario de campo. Cabe agregar que la recolección de los datos se inició a partir de la sesión n° 3, debido a que las sesiones 1 y 2 fueron utilizadas para dar la bienvenida a las mujeres que formarían parte del grupo, y explicar los contenidos que se trabajarían.

En este orden de ideas, se puede señalar que el análisis de los datos, será realizado en dos niveles, primeramente de manera individual mediante el uso de redes sistémicas, con la finalidad de identificar las expresiones de cada participante. Posteriormente se realizará el análisis grupal con el apoyo del software *ATLAS.ti*, con el objetivo de identificar la interacción que existió durante el desarrollo de las sesiones, en particular, las emociones expresadas a nivel grupal y las opiniones que surgieron mediante ellas, con respecto a los temas desarrollados. En relación a esto, se puede referir que los datos obtenidos de las descripciones son textuales, se respetaron las faltas de ortografía y redacción de las colaboradoras del proyecto.

## 5. ANÁLISIS DE DATOS

En el presente capítulo, se mostrarán ejemplos de las actividades desarrolladas durante las sesiones de trabajo y posteriormente se presentará el resultado de la evaluación aplicada, en este caso antes-después. Seguido a esto, se realizará un análisis de los datos a nivel individual, mediante la utilización de redes sistémicas tomando en cuenta la categoría de autorreconocimiento y expresión. Finalmente se expondrán los resultados a nivel grupal, correspondientes a la segunda categoría de análisis, así como los resultados obtenidos de la evaluación de procesos, enfocada a medir la satisfacción que se percibió del taller de manera general, este último nivel de análisis fue desarrollado con ayuda del software *ATLAS.ti*.

### 5.1 Criterios para el análisis

Para efectos del análisis de datos cualitativos y tomando en cuenta los objetivos por los que se guió la intervención, se establecieron las categorías de: autorreconocimiento y expresión de emociones, e interacción positiva. Considerando que las participantes ***autorreconocieron y expresaron sus emociones*** si, identificaron las emociones que experimentaron ante los diversos momentos de trabajo, tomando en consideración acontecimientos o situaciones de su vida, así como los hechos que las generan o han generado. Así mismo, se consideró la presencia de esta categoría, si se dio algún tipo de comunicación en relación a sus emociones, ya sea por medio de las técnicas artísticas y de desarrollo humano, de manera verbal y/o escrita. Finalmente se tomó el criterio de ***interacción positiva*** al hecho de que existiera comunicación entre los miembros del grupo, respeto, participación y apoyo mutuo.

### 5.2 Ejemplo de instrumentos aplicados para la recolección de datos

A continuación, se mostrará un ejemplo de la forma en que se procedió con el análisis de los datos. Específicamente con las actividades desarrolladas por la participante 1, quien asistió a la totalidad de las sesiones. Para las actividades solamente, se resaltarán la categoría de expresión y autorreconocimiento de emociones, señaladas o resaltadas con rosa, comenzando a partir de la sesión 3.

## Sesión 1

## INSTITUTO DOWN DE MONTERREY, A.B.P.

**Instrucciones:** Subraye la respuesta con la que más se identifique1-¿Cómo me siento hoy?

1. Alegre      2. Triste      3. Enojada(o)      4. Estresada(o)      **5.Preocupada(o)**  
6.Otra \_\_\_\_\_

**2-Cuando me siento feliz, con qué frecuencia lo expreso:**

1. Siempre      2. Casi siempre      **3. Algunas veces**      4. Nunca

**3-¿Cómo expreso mi felicidad?**

- 1. Sonriendo mucho**      2. Bailando      3. Busco estar acompañada(o)

- 4. Escucho música de mi agrado**      5. Comiendo      6.Otra \_\_\_\_\_

**4-Cuando me siento enojada(o), con qué frecuencia lo expreso:**

1. Siempre      2. Casi siempre      **3. Algunas veces**      4. Nunca

**5-¿Cómo expreso mi enojo?**

1. Aventando cosas      2. Llorando      3. Alejándome de los demás      4. Gritando

5. Me pongo de mal humor      6.Comiendo      **7.Otra: comento el motivo a la persona que me hizo molestar.**

**6- Cuando me siento triste, con qué frecuencia lo expreso:**

1. Siempre      2. Casi siempre      **3. Algunas veces**      4. Nunca

**7- Cuando me siento triste, ¿cómo expreso mi tristeza?**

- 1. Llorando**      2. Durmiendo      **3. Guardando silencio**      4. Alejándome de los demás

5. Evadiendo mis responsabilidades      6. Comiendo      7.Otra \_\_\_\_\_

**8- Cuando me siento estresado(a), con qué frecuencia lo expreso:**

1. Siempre      2. Casi siempre      3. Algunas veces      **4. Nunca**

**9-¿Cómo expreso mi estrés?**

1. Llorando      2. Gritando      3. Durmiendo      4. Peleando

5. Alejándome de las personas      6.Comiendo      **7. Otra: solo escucho a las demas Personas.**

## Sesión 2

Este instrumento fue aplicado con la finalidad de conocer el punto de vista de las participantes, en relación al lugar en el que se estaban llevando a cabo las sesiones, el tema inicial que se trabajó en el día y un breve ejercicio.

### INSTITUTO DOWN DE MONTERREY, A.B.P.

#### ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

**Instrucciones:** Seleccione la respuesta que considere más conveniente.

**1-¿Cómo considera que es el lugar donde se impartió el taller el día de hoy?**

1. Excelente    **2. Muy bueno**    3. Bueno    4. Regular    5. Malo

**2-¿Le gustaron las técnicas y dinámicas que se realizaron el día de hoy?**

**Sí**    No    ¿Por qué?

**3-El tema que se trabajó el día de hoy es importante para mi vida diaria porque:**

**1-Me ayuda a identificar lo que siento**

**2-Sí identifico lo que siento, las relaciones con los demás pueden mejorar.**

3-Me permite conocerme un poco más.

4. Otra \_\_\_\_\_

**4- ¿Le pareció complicado identificar la emoción que estaba experimentando cuando realizó el “garabato”?**

**Sí**    No    ¿Por qué?

**5-¿Para usted qué es una emoción? Es algo que aveces no se puede explicar**

## Sesión 3

A partir de esta sesión se comienza con la recolección de los datos y la categorización de los mismos. En este caso se realizó un trabajo mediante la utilización de pinturas, con la finalidad de que las integrantes del grupo, expresaran las emociones de su elección (se señaló con color rosa a las expresiones que se dieron a partir de la técnica artística, exteriorizadas de manera escrita y verbal).

### INSTITUTO DOWN DE MONTERREY, A.B.P.

#### “Exploración de las emociones a través del color”

**Instrucciones:** Conteste las siguientes preguntas tomando en cuenta lo que sintió al realizar la técnica “Exploración del color”

**1-¿Qué emociones expresó en su cartulina?**

**Amor, esperanza y salud, recuerdos**

**2-Al estar realizando esta actividad, ¿Cómo se sintió?**

**emocionada, por expresar los sentimientos que sentí en mi corazón**

**3-En este momento, ¿Qué emociones siente o experimenta?**

**amor, alegría, esperanza, recordar a mi madre su color preferido Fue el morad**

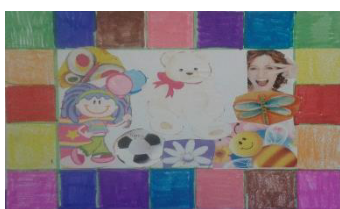
## Sesión 4

En esta sesión se trabajó con ayuda de diversas texturas entre las cuales se encontraban: cartón, lijas, diferentes tipos de papel, pinturas, por mencionar algunas. Esto con la finalidad de que las integrantes del grupo, expresaran la emoción que estuvieran experimentando en ese momento (se señaló con color rosa al autorreconocimiento y expresión de las emociones plasmadas, que se dio durante la realización de la técnica).

### INSTITUTO DOWN DE MONTERREY, A.B.P.

#### Exploración de las emociones a través de las texturas

**Instrucciones:** *Conteste las siguientes preguntas, tomando en cuenta lo que sintió al realizar la técnica “Exploración de la textura”.*



#### Trabajo realizado

**1-¿Qué emoción o emociones plasmó en su cascarón de huevo?** (puede elegir las que guste).

1. Estrés	2. Desesperación	3. Celos	4. Frustración
5. Amor	6. Alegría	7. Paz	8. Entusiasmo
9. Optimismo	10. Negativismo	11. Enojo	12. Preocupación
13. Tristeza	14. Decepción	15. Ilusión	16. Culpa
17. Confusión	18. Esperanza	19. Fastidio	20. Indiferencia
21. Ternura	22. Valentía	23. Timidez	24. Vergüenza

Otro: \_\_\_\_\_

**2. ¿Cómo se sintió al estar realizando esta actividad?**

Tranquila, Alegre, Paz, Amor

**3. En este momento, ¿Cómo se siente?**

feliz

**4. ¿Considera que las dinámicas que se realizaron el martes y el día de hoy, son de ayuda para la expresión de lo que siente?**

Sí No ¿Por qué?

#### ❖ Nota de campo

Esta integrante plasmó en su trabajo su gusto por el fútbol, mencionando que es aficionada de los Tigres, de igual manera refiere que su hija es su motor para seguir y mantener su ánimo, comenta que es feliz con lo que tiene y busca disfrutar cada día al máximo. En su trabajo hace una combinación de pinturas, dibujos de mujeres contentas, incluye un balón de fútbol, agrega imágenes de flores, animales como mariposas, abejas, esto para hacer referencia a su amor y gusto por la naturaleza.

## Sesión 5

Durante esta sesión se trabajó con la técnica de desarrollo humano “mensaje yo”, en la cual las integrantes del grupo completarían las oraciones, dependiendo la situación que genere las emociones brindadas. (Se señaló con color rosa al autorreconocimiento y expresión de las emociones, de manera verbal y escrita).

### INSTITUTO DOWN DE MONTERREY, A.B.P.

#### Nombre de la técnica: Mensaje YO (“yo me siento”)

**Instrucciones:** *Complete las siguientes oraciones tomando en cuenta la emoción que la oración indique.*

**1-Yo me siento feliz cuando:** Convivo con mi familia, hijos, nietos y nuera, hermanos, sobrinos. Estamos juntos.

**2-Yo me siento preocupada cuando:** Me entero de alguna necesidad que estén pasando las personas que conozco.

**3-Yo me siento triste cuando:** Una enfermedad o pérdida de algún ser querido.

**4-Yo me siento tranquila cuando:** Veó que hay salud y paz en la familia.

**5-Yo me siento estresada cuando:** Me preocupo y me enfoco en los problemas.

**6-Yo me siento emocionada cuando:** Todo está bien.

**7-Yo me siento frustrada cuando:** Las cosas son planeadas para salir y me quedo vestida y alborotada esperando.

**8-Yo me siento amada cuando:** Me siento con muestras de cariño.

**9-Yo me siento enojada cuando:** Las cosas no se hacen como deberían ser, la injusticia y la mala voluntad de la gente.

**10-Yo me siento rechazada cuando:** Veó que me hacen a un lado y trato de estar bien con todos.

## Sesión 6

Esta sesión tuvo como objetivo que las participantes de manera voluntaria, expresaran frente al grupo una situación que les haya generado enojo, mediante la aplicación de la técnica de desarrollo humano “CAIE, Círculo de Aprendizaje Interpersonal”.

### “CAI Círculo de Aprendizaje Interpersonal”

La participante comparte aquello que le produce enojo es el hecho de que su suegra haga a un lado a su hija que tiene Síndrome de Down. Aunado a esto, añade que su hija es muy lista y que poco a poco ha buscado acercarse a su abuela, que incluso sabe inyectar y en días anteriores la había dejado que la inyectara sin que su abuela se diera cuenta que era ella, y cuando la Sra. se dio cuenta se sorprendió. La participante comenta algo que le da coraje, pero no concluye la participación hasta que comenta algo positivo de su suegra y su hija.

## Sesión 7

Durante esta sesión, se continuó trabajando con la emoción del enojo, poniendo al alcance de las integrantes del grupo diversos materiales que facilitaran su exteriorización. (Se resaltó con rosa al autorreconocimiento y expresión de las formas en que manifiesta su enojo, así como lo que compartió referente a la situación que le genera esta emoción).

### INSTITUTO DOWN DE MONTERREY, A.B.P. Actividad “Expresión de mi enojo”

#### 1-¿Cuándo me enojo de qué manera lo expreso?

1.Llorando	2.Gritando	3. Alejándome de todos	4.Durmiendo	5.Comiendo
6. Aventando cosas	7. Escuchando música	8. Viendo televisión	9. Ignorando a las personas que me rodean	10. Guardando silencio

Otra \_\_\_\_\_

#### 1.Escriba la situación que le produce o ha generado enojo en algún momento.

la injusticia, la ignorancia a la siTuaciónN; de enfocarse en una sola persona, la falTa de vocación y éTica profesional, ver la con hechos y no TanTa palabra.

#### 2. ¿Con quién se siente enojado(a)?

mi esposo, sus hnos, la maestra de deporte

## Sesión 9

La actividad desarrollada en esta sesión, consistió en redactar de manera individual una carta dirigida hacia una o varias personas, (a elección de las asistentes). (Se señaló con color rosa al autorreconocimiento y expresión de las emociones que las participantes realizaron, a través de la redacción de la carta).

### ”Redacción de emociones”

Querida Familia:

Quiero decirles cuanTo los amo a todos, soy muy alegre y siempre, he tratado de estar con ustedes he tratado de ayudarles moralmente y económicamente aunque ha habido momentos difíciles económicos, y aún así estoy con ustedes, pero También he tratado de superar la muerte de mi madre y con la ayuda de Dios he encontrado el consuelo y resignación para aceptar su partida, mi niña y yo; desde ese día ustedes para mí son mi refugio, me lleno de amor, poder demostrarles que el deseo de mi madre era ver unida a su familia y con su muerte lo logro, y se que ella está contenta con Dios viendo desde el cielo su proposito ver feliz y estar unidos todos sus hijos: pero hay en mi corazón una culpabilidad y una impotencia, que no he podido olvidar, dar todo lo que hay en tus manos para auxiliar alguien cuando cae en un paro respiratorio y tu no saber y estar informada que hacer para ese momento, di todo lo que pude para auxiliarla y



no llegar a tiempo es horrible que tu creas, que vas a salvar una vida y no es así, y más cuando es tu madre una gran mujer, la más amorosa, la más buena, la que nunca te dejó de ayudar en todo momento estuvo contigo la amo con todo mi corazón y nunca la voy a olvidarla, siempre estará en mi corazón conmigo y mi hija y a mi hermanos, espero que hoy que mamá sepan valorar a las personas y tratar demostrarles lo mucho que se quieren y se aman, se llega el momento que en un abrir de ojos todo cambió para ti y no vuelvas a tenerla a tu lado como un día el más triste de tu vida y no poder decirle lo mucho que se le quiere y que se le ama.

### **Instrumento complementario de la actividad anterior**

#### **INSTITUTO DOWN DE MONTERREY, A.B.P.**

##### **“Redacción de emociones”**

1. ¿A quien escribió la carta? A mis hermanos y a mi madre QEPD
2. ¿Cómo me sentí al estar escribiendo la carta? Nostalgia y gran amor para los míos
3. ¿Ahora que escribí lo que quería expresar, como me siento? Tranquila
4. ¿Cómo me pareció esta actividad? Muy buena
5. ¿Cómo calificaría la sesión del día de hoy? Excelente

### 5.3 Evaluación antes-después

Como se mencionó en el capítulo anterior, los resultados del proyecto fueron evaluados antes-después, con la finalidad de identificar si existió diferencia en el autorreconocimiento y expresión de las emociones. En este caso, el primer momento será la sesión 3, que es en la cual se inició con la recolección de los datos y el segundo momento, será en la sesión 9, en la que se terminó la intervención.

Para los fines mencionados, se mostrará una tabla con las emociones expresadas en la sesión 3 mediante la técnica realizada, tomando en cuenta el autorreconocimiento y expresión de manera verbal y/o escrita. Posteriormente en la misma tabla, se presentaran las emociones reconocidas y expresadas en la sesión 9, éstas de igual manera pudieron ser expresadas de manera verbal y/o escrita por las participantes. Cabe mencionar que en este tipo de evaluación sólo se tomará en cuenta a las integrantes del grupo de intervención que tuvieron asistencia en estos dos momentos.

**Tabla 2. Evaluación antes-después**

	Antes										Después									
	Sesión 3										Sesión 9									
	Amor	Esperanza	Alegría	Duelo	Enojo	Tristeza	Dolor	Paz	Tranquilidad	Total	Amor	Culpa	Impotencia	Resignación	Nostalgia	Coraje	Tranquilidad	Inquietud	Miedo	Total
Participante 1	X	X	X							3	X	X	X	X	X		X			6
Participante 2		X		X		X	X			4	X		X			X			X	4
Participante 3	X	X	X					X		4								X		1
Participante 4		X			X				X	3							X			1
Participante 7			X						X	2	X								X	2
Participante 9		X	X						X	3						X				1

Mediante la tabla anterior, se pueden apreciar las diferencias que existieron entre las participantes que acudieron a la primera sesión en la que se recogió la información relacionada con las emociones y, a la última sesión en la que se tuvo esta finalidad. Tomando en cuenta los datos previos, se puede mencionar que en las 6 participantes (que cumplieron con los criterios de selección), se mostró una diferencia entre el primer y segundo momento de recolección de datos. Esta diferencia, consiste en el caso de la participante 1, en transitar de la expresión de 3 emociones como lo fueron: amor, esperanza y alegría a 6 en el momento final, agregando emociones nuevas como la culpa, impotencia, resignación, nostalgia y tranquilidad, dejando vislumbrar que en su vida también hay momentos que la hacen sentir de esta manera, al tener más apertura para reconocerlos y expresarlos.

En este orden de ideas, se puede considerar a la participante 2, quien no tuvo cambio en el número de emociones expresadas, pero sí en las que manifestó antes y después, debido a que en un primer momento expresó: esperanza, duelo, tristeza y dolor, posteriormente compartió: amor, impotencia, coraje y miedo, ampliando la gama de emociones expresadas en estos dos momentos. Continuando con los cambios percibidos, se puede referir que la participante 3, en el primer espacio de recolección de datos expresó 4 emociones: amor, esperanza, alegría y paz, en el segundo momento sólo expresó: inquietud, dejando percibir que en su vida no sólo están presentes las emociones anteriores.

En este mismo sentido, se puede comentar que la participante 4, expresó las emociones de esperanza, enojo y tranquilidad, posterior a esto sólo expresó tranquilidad. De la participante 7, ella no amplió el número de emociones expresadas antes y después, pero si la gama de ellas, debido a que en un primer momento manifestó: alegría y tranquilidad, posterior a ello expreso: amor e inquietud. Finalmente la participante 9, en el primer momento de recolección de datos compartió las emociones de: esperanza, alegría y tranquilidad, pero en el segundo momento agregó: coraje, dejando percibir que además de las anteriores en su vida también se encuentra presente esta emoción.

Como se puede apreciar, la información brindada por este tipo de evaluación ha sido de manera general, por tal razón, junto a ella se llevó a cabo un análisis de los datos de manera individual, con la finalidad de conocer el proceso que cada una de las participantes llevó durante el transcurso de las sesiones. Conjuntamente, se realizó un análisis global con el objetivo de obtener información concerniente a la interacción grupal que se dio, y el nivel de satisfacción que se generó.

#### 5.4 Análisis individual de los datos

En este apartado se presentarán los 11 casos de los cuales se realizó el análisis, cada participante será identificada con un número, empezando por el del ejemplo que se mostró anteriormente, igualmente se mostrará la cantidad de asistencias que cada una tuvo durante el período de intervención.

<p align="center"><b>Participante N° 1</b></p> <p align="center"><b>Asistencia: 10 sesiones</b></p>
---

En la sesión 3 de trabajo la participante expresó con ayuda de cartones y pintura, a través de la técnica “exploración del color” las emociones de su elección, en este caso fueron *“Amor, esperanza y salud”*, de igual manera, reconoció y expresó, de manera escrita y verbal, la manera en la que se sintió al realizar la actividad: *“emocionada, por expresar los sentimientos que sentí en mi corazón”*. De la misma forma reconoce y expresa las emociones que experimenta al término de ella *“amor, alegría, esperanza, recordar a mi madre su color preferido Fue el morado”*.

En la sesión 4 se continuó con la expresión de las emociones con el apoyo de la técnica “Exploración de la textura”, en la cual la participante, identificó y expresó una emoción que estuviera experimentando en ese momento. En este caso refiere de manera verbal y escrita que al realizar la técnica se sintió: *“Tranquila, Alegre, Paz, Amor”* y que al momento de finalizarla *“feliz”*. De acuerdo a la nota de campo tomada en el día, la participante plasmó en su trabajo el amor y gusto por el fútbol y la naturaleza.

Posteriormente, al inicio de la sesión 5, ella reconoce la manera en que llega al grupo y expresa mediante un dibujo y de forma verbal que se siente *“Alegre y preocupada”*, así mismo por medio de la técnica de desarrollo humano “mensaje yo”, reconoció y expresó de manera escrita ante qué situaciones se sentía con la emoción que se le brindaba, seguido a esto eligió 5 emociones que quisiera expresar de manera verbal frente al grupo, entre las que se encontraron: felicidad, tristeza, emoción, amor y enojo (marcadas con negritas):

**“Yo me siento feliz cuando: *Convivo con mi familia, hijos, nietos y nuera, hermanos, sobrinos. Estamos juntos*”.**

**“Yo me siento triste cuando: *Una enfermedad o perdida de algún ser querido*”.**

**“Yo me siento emocionada cuando: *Todo está bien*”.**

**“Yo me siento amada cuando: *Me siento con muestras de cariño*”.**

**“Yo me siento enojada cuando: *Las cosas no se hacen como deberían ser, la injusticia y la mala voluntad de la gente*”.**

**“Yo me siento preocupada cuando: *Me entero de alguna necesidad que estén pasando las personas que conozco*”.**

**“Yo me siento tranquila cuando: *Veo que hay salud y paz en la familia*”.**

**“Yo me siento estresada cuando: *Me preocupo y me enfoco en los problemas*”.**

**“Yo me siento frustrada cuando: *Las cosas son planeadas para salir y me quedo vestida y alborotada esperando*”.**

**“Yo me siento rechazada cuando: *Veo que me hacen a un lado y trato de estar bien con todos*”.**

Durante la sesión 6 se trabajó con la técnica de desarrollo humano “CAI” círculos de aprendizaje interpersonal, en la cual la participante expresó una situación que le hubiera generado enojo, tomando en consideración la nota de campo correspondiente al día, se puede referir que ella expresó de manera verbal, que le produce enojo el hecho de que su suegra haga a un lado a su hija con Síndrome de Down.

Al igual, que en la sesión anterior, en la 7 se continuó trabajando con el reconocimiento y expresión del enojo, dirigido hacia alguna persona o acontecimiento, pero ahora de manera escrita y con apoyo de las técnicas antes vistas. En esta actividad la participante n° 1 reconoce y expresa de manera escrita que cuando se enoja lo hace de la siguiente manera: *“Llorando, Alejándome de todos, Guardando silencio”*. De igual manera reconoce y expresa por escrito y verbalmente que lo que le genera enojo es *“la injusticia, la ignorancia a la siTuaciónN; de enfocarse en una sola persona, la falTa de vocación y éTica profesional, ver la con hechos y no TanTa palabra”* así mismo refiere que su enojo está dirigido a: *“mi esposo, sus hnos, la maestra de deporte”*.

Durante la sesión 8 se trabajó con la expresión escrita de las emociones y el autorreconocimiento de una situación que le generara esa emoción, en este caso ilusión, en relación a esto se puede resaltar lo siguiente:

*Descubri que dar Amor; a quienes viven una experiencia de Amor, atención, ver sus caritas llenas de ilusión al ver, queson importantes para muchos, y esperar el momento, el día indicado de convivir con personitas con discapacidad con parálisis Cerebral, y recibir de ellos con su mirada, una totalidad de amor, puro y sincero, y amarlos y ser Amados en el Amor de cristo es Pleno.*

Para finalizar, en la sesión 9 se escribió una carta que sería dirigida hacia una o varias personas, con la finalidad de expresar las emociones que se experimentan en el momento o experimentaron ante la situación o persona(s) a la que estuvo dirigida la carta, en este caso fue destinada a su familia. En relación a la expresión y autorreconocimiento de las emociones se pueden mencionar las siguientes citas:

*“Quiero decirles cuanTo los amo a todos...me lleno de amor, poder demostrarles que el deseo de mi madre era ver unida a su familia...he tratado de superar la muerte de mi madre y con la ayuda de Dios he encontrado el consuelo y resignación para aceptar su partida...hay en mi corazón una culpabilidad y una impotencia, que no he podido olvidar, dar todo lo que hay en tus manos para auxiliar alguien cuando cae en un paro respiratorio y tu no saber y estar informada que hacer para ese momento... es horrible que tu creas, que vas a salvar una vida y no es así, y más cuando es tu madre”*

A parte de lo mencionado, refirió de manera escrita que al estar redactando la carta se sintió con: *“Nostalgia y gran amor para los mios”* y que al escribir lo que quería expresar se concibió *“Tranquila”*.

## ANÁLISIS DE LA PARTICIPACIÓN

Referente al punto relacionado a la condición Down de su hija, en la sesión 6, la participante N°1 reconoce y expresa de manera verbal su enojo con su suegra ante el hecho de que no toma en cuenta a su hija, pero termina contando una situación positiva de ambas abuela-nieta. Así mismo, en la sesión 7 continúa expresando su enojo ante las injusticias y en relación a ello menciona a una maestra de deportes que desde su punto de vista sólo fija su atención en una sola persona.

Por otro lado, de manera personal se puede apreciar que la participante, en el transcurso de las sesiones aumenta el nivel de su expresión, a través de las sesiones 3 y 4 expresa y experimenta emociones de amor, esperanza, alegría, tranquilidad, felicidad y entre ello se alcanza a percibir la figura materna al mencionar que el color preferido de su madre era el morado. Una sesión más adelante elige entre otras emociones a la tristeza, refiriendo que se siente de esta manera cuando existe enfermedad o pérdida de un ser querido, continuando en este proceso de autorreconocimiento y expresión, en la sesión 9, durante la redacción de la carta, comparte que trata de superar la muerte de su madre y que en su corazón existe una culpa e impotencia que aún no puede olvidar, ante el hecho de no saber qué hacer durante un paro respiratorio, en este caso el de su madre.

De igual forma que el ejemplo anterior, se llevó a cabo el análisis de las diez participantes siguientes. En este apartado sólo mostraremos la síntesis del análisis. Si el lector gusta conocer a detalle las respuestas de los respectivos instrumentos, puede revisarlo en el anexo 3, en la sección correspondiente.

### Participante 2

#### Asistencia: 9 sesiones

Como resultado de las aportaciones que la participante 2 realizó en el transcurso de las sesiones, se puede referir que en todas ellas fue expresiva en las diferentes modalidades que se trabajaron, es decir, de manera verbal, escrita y a través de las técnicas y actividades que se realizaron durante las sesiones. Se puede concluir diciendo que las aportaciones, en su mayoría, fueron referentes a la expresión de emociones que hacían hincapié a la felicidad y plenitud que sentía en los diferentes aspectos de su vida. Sin embargo hubo momentos en los que reconoció y expresó su enojo hacia algunas personas que consideraba era manipuladoras y estaban afectando de alguna manera su entorno familiar, como es el caso del novio de su hija y una maestra con la cual tiene contacto diario.

Además, para finalizar con las actividades programadas, ella decide redactar una carta dirigida a sus hermanos, en donde expresa lo que siente ante la situación que está viviendo en su familia, respecto al cuidado de su padre. Este escenario no había sido expuesto a lo largo de las sesiones, como se comentaba, en las primeras de ellas solo se hablaba de lo feliz que era y lo bien que se sentía con lo que tenía a su alrededor. Al concluir con las actividades programadas, surge en ella, o bien reconoce la necesidad que tiene de expresar a sus hermanos lo que siente, en relación a su padre y la manera en que la situación está siendo manejada.

### **Participante 3**

#### **Asistencia: 9 sesiones**

La participante 3, en el transcurso de las sesiones expresó con el apoyo de las técnicas y dinámicas sus emociones, el uso de las pinturas favoreció a ello, ya que pintar es parte de los pasatiempos que usa para despejarse, según lo que ella refirió en una de las sesiones. Así mismo a través de las técnicas desarrolladas, expresa el amor que tiene hacia sus hijos y la esperanza que fomenta en relación a que las cosas mejorarán. En relación al autorreconocimiento de lo que siente, también expresa que se siente enojada con su aún esposo, y por el hecho de que su matrimonio no funcionara, siguiendo esta línea; además de reconocer su enojo, también expresa el amor que siente hacia una persona que considera que es su verdadero amor, refiriendo que solo de esta manera puede hablar de lo que siente hacia él. Como se puede apreciar, con ayuda de sus aportaciones se muestra un panorama del proceso por el cual pasa, existe amor hacia sus hijos, esperanza de tiempos mejores, enojo hacia su situación de pareja y una nueva ilusión al reconocer que tiene sentimientos de amor hacia alguien más.

### **Participante 4**

#### **Asistencia: 8 sesiones**

La participante 4, faltó a algunas sesiones y a las que asistió expresó emociones de alegría y tranquilidad, cuando se comenzaban a vislumbrar emociones como el enojo, prefería no expresar de manera verbal ni escrita lo que sentía. De la misma manera cuando se buscaba que se hablara referente a otro tipo de emociones como estrés y preocupación, la participante comenzaba escribiendo de ellas, pero concluía diciendo que estaba muy feliz, relajada y muy tranquila, siguiendo este punto se puede referir que cuando se abrían espacios de expresión voluntaria de lo trabajado durante la sesión, la participante prefería escuchar los comentarios de las demás integrantes del grupo y no expresar lo que plasmó en su trabajo.

### **Participante 5**

#### **Asistencia: 8 sesiones**

Durante las actividades iniciales, la participante 5 muestra confusión en relación al cómo se sentía. Refería que estaba contenta en el momento de realizar las actividades, pero al llegar a casa no sabía. Se puede mencionar que desde esta 2 sesión se vislumbraba una inquietud en la participante.

En la sesión 3, se muestra contenta, entusiasmada ante el hecho de la interacción previa que tuvo con su esposo, y esto se refleja en su trabajo y actitud, además en la participación que realizó al referir que se sentía amada por su esposo feliz y plena. Se puede percibir que este acontecimiento influyó de manera positiva en ella, debido a que provocó emociones que le brindaron motivación para realizar su trabajo del día.

En la sesión 5, la participante expresa de manera verbal y escrita, situaciones que le hacen sentirse de determinada manera, en la mayoría de ellas hace alusión a su esposo e hijos, mostrando el valor que para ella tienen y la influencia que provocan en su estado emocional. Expresa de manera verbal situaciones que le producen emociones diversas, no solo alegría o amor, como en sesiones pasadas.

Durante la sesión 8, se tocan fibras más íntimas de la participante, al surgir el autorreconocimiento de su labor por las compañeras del grupo, esto generó que se abriera un poco más al dialogo que en otras sesiones, debido a que compartió la situación que vivió con su esposo, ante el hecho de la condición Down de su sobrino. Tomando en cuenta un fragmento de lo que ella escribió, se puede mencionar que prefiere no recordar esa etapa de su matrimonio, además que prefiere que sus problemas no sean conocidos para los demás, ella refiere que es reservada, lo cual se considera que es cierto porque es la primera ocasión en el transcurso de las sesiones que ella hace alusión a una situación difícil a la que se haya enfrentado, hasta este momento solo había hablado de su relación de pareja en cuestiones más armoniosas.

En la siguiente sesión, se realizó una carta dirigida hacia la persona de su elección y es en este momento donde la participante expresa y reconoce aquellas circunstancias de su vida familiar y de pareja que le están generando emociones. Y es en este momento donde expresa de manera abierta que no se siente escuchada ni por sus hijos ni por su esposo, además que ella como persona tiene otras necesidades afectivas y que esto le produce no sentirse completamente feliz.

En el transcurso de estas sesiones, la participante, entra en un proceso de autorreconocimiento y expresión, en el que al inicio de las sesiones hablaba del amor que sentía por su familia y de lo amada que se sentía por su esposo, como se puede apreciar en los fragmentos de su carta acepta que hay situaciones en su vida que necesitan atención, además reconoce y demanda las necesidades de atención y de afecto que experimenta en su persona. Como se puede ver, esta participante reconoce y expresa lo que ella cree necesitar para sentirse mejor con ella misma.

## **Participante 6**

### **Asistencia: 7 sesiones**

Se puede mencionar que la actitud de la participante en las primeras 3 sesiones de asistencia fue de escasa interacción con el resto de las integrantes del grupo. Además, se puede referir que en los espacios que se abrían para la interacción grupal y la expresión verbal de las emociones, la participante decidía solo escuchar las aportaciones de las demás participantes y en pocas ocasiones exteriorizaba de manera verbal sus emociones, sin embargo de forma escrita y a través de las técnicas trabajadas si lo hacía, no de una manera extensa, pero lo expresaba.

Seguido a lo anterior, se puede mencionar que en la realización de las diferentes actividades, la participante, refirió en repetidas ocasiones al facilitador no saber qué expresar, así como, la dificultad que presentaba para desarrollar la actividad y plasmar lo que sentía. Sin embargo, a pesar de estas dificultades, se tomaba su tiempo y realizaba la actividad. En este mismo sentido, se puede referir que la riqueza de sus aportaciones consistió, en lo que expresaba de manera escrita, ejemplo de ello, es en la expresión del motivo de su enojo y la persona con la que se sentía enojada, detalles que no exteriorizó de manera verbal frente al grupo, pero que sí reconoció y expresó por medio de las narraciones que redactó.



## **Participante 7**

### **Asistencia: 7 sesiones**

La participante tuvo 3 inasistencias, justificadas debido a que habló con la facilitadora, explicándole que faltaría porque tendría a su cuidado a su madre, cuando trató esta situación con la facilitadora, lo hizo con lágrimas en los ojos expresando que no quería dejar de asistir debido a que le interesaban mucho los temas.

Seguido a lo anterior, se puede referir que en las sesiones que se encontró presente participó de una manera activa y respetuosa, a través de las diversas dinámicas y técnicas. Así mismo, en el transcurso de las sesiones 6 y 9, compartió en primera instancia de manera verbal la molestia que le causa que su esposo no le brinde apoyo en el establecimiento de reglas en la casa, en relación a su hija con Síndrome de Down, repite la situación mencionada, por medio de la redacción de la carta dirigida a su marido, manifestando lo que siente en relación a la situación que vive con él, expresando sus desacuerdos e inquietudes, pero cabe mencionar que a pesar de que manifiesta la molestia y/o enojo que siente hacia él, termina diciendo que es un buen hombre, que es responsable, buen padre, en cierta parte evadiendo aquello que le molesta de él, resaltando los lados que considera son mejores.

## **Participante 8**

### **Asistencia: 7 sesiones**

Con base en las observaciones registradas durante las sesiones, se puede mencionar que en la participante prevalece el buen ánimo, interacción con sus compañeras, alegría, actitud positiva y negación al estrés, ya que menciona que ella nunca se siente estresada, además por medio de sus expresiones escritas hace alusión a lo bien que se siente con su familia, sin embargo a través de las actividades realizadas deja vislumbrar que existe un roce constante con su esposo, con respecto a la actitud que él toma para con ella, ejemplo de ello es durante la sesión 5, donde la participante refiere que se siente triste cuando su esposo la molesta, o frustrada cuando la deja plantada o bien, enojada cuando la manda constantemente.

En este mismo sentido, la participante continúa con la expresión de las actitudes o situaciones que le producen enojo y/o molestia entre las cuales se encuentran la relación con su hija al violentar a su nieta y se percibe nuevamente la interacción que tiene con su esposo, mediante el trabajo manual que hizo y la explicación verbal que compartió con el resto del grupo, cabe resaltar que la situación con su esposo no la compartió en el trabajo que desarrolló, más bien surgió en el momento que ella explicaba su trabajo.

Para finalizar, expresa que descubrió que es feliz y que se siente tranquila, este tipo de aportaciones eran realizadas de manera constante durante las sesiones cuando se abrían los espacios voluntarios de expresión verbal, sin embargo de manera escrita se puede percibir que la participante reconoce y expresa las situaciones diarias por las que puede pasar y que no exterioriza con facilidad.

## **Participante 9**

### **Asistencia: 7 sesiones**

Después de las consideraciones realizadas, se puede agregar que la participante durante las sesiones a las cuales asistió, mostró una actitud seria y reservada, no participaba de manera verbal en los espacios de expresión que se abrían en todas las sesiones. Sin embargo, en las actividades que desarrolló sí se expresaba de manera escrita, las emociones que plasmaba con la utilización de los materiales brindados, según lo que refería estas emociones eran de armonía, tranquilidad, ternura, entusiasmo por mencionar algunas. A pesar de que la participante no se encontró presente en las otras sesiones, durante la redacción de su carta reconoció y expresó el enojo que siente hacia ella misma y la insatisfacción que tiene hacia su persona, contrastando a lo que refería en las primeras sesiones en las que estuvo presente.

## **Participante 10**

### **Asistencia: 6 sesiones**

En relación a esta participante, se puede referir que a pesar de que no tuvo asistencia a la totalidad de las sesiones, expresa situaciones delicadas, debido a que son cosas que le ha costado trabajo superar, ha estado en terapias con diversos psicólogos y refiere que le dicen que ella está bien y superar la situación depende de ella. Se considera que por estas razones tiene esta apertura.

Además, en algunas sesiones refirió encontrarse en una etapa de su vida en la que se siente plena, capaz de superar las situaciones que por algún tiempo ha cargado, sobre todo las vinculadas a su aspecto físico y los comentarios que le realizaba su ex pareja en relación a su cuerpo. La participante refería que en la etapa que se encontraba se aceptaba a sí misma y estaba trabajando en perdonarse y superar el pasado. En relación a otras asistentes, ella tenía una conciencia de lo que sentía, sabía que tenía situaciones inconclusas, pero de igual manera, trabajaba en cómo expresarlo. Así mismo, mostraba una actitud dispuesta para trabajar en relación a todo lo que le pudiera ayudar a expresar y liberar lo que ella sentía.

## **Participante 11**

### **Asistencia: 6 sesiones**

Por medio de los datos que se han trabajado en el transcurso de las sesiones, se puede apreciar que la participante experimenta emociones de enojo, molestia y frustración, ocasionadas por el trabajo que desarrolla y las conductas de las personas con las que convive en su entorno laboral. Además se puede compartir que durante las sesiones exteriorizó que su sueño era trabajar en un laboratorio, debido a que su carrera le apasionaba, pero al nacer su hijo con Síndrome de Down no le fue posible realizar esta actividad porque le demandaba mayor tiempo, por tal motivo se dedicó a la docencia, y como se puede apreciar es una actividad que no le llena de satisfacción.

## **Participante 12 (caso especial)**

### **Asistencia 8 sesiones**

Durante el periodo de intervención se identificó un caso especial, tomado en cuenta de esta manera por el hecho de que la participante 12, no contaba con el conocimiento de lecto/escritura. Esta situación amerito tomar medidas especiales y desarrollar herramientas que permitieran la participación de esta cuidadora durante las sesiones trabajadas. Se tuvo especial cuidado en las actividades donde era necesario escribir, debido a que esta situación no era del conocimiento de las demás participantes del grupo, por decisión y petición de la participante 12.

En el transcurso de las sesiones, se obtuvieron participaciones verbales y a través de las actividades artísticas desarrolladas, en ellas expresaba las emociones que experimentaba, exteriorizando en varios momentos su preocupación y tristeza por el hecho de estar pasando por una situación de abandono por parte de su pareja, además de atravesar por un momento de crisis económica, al no tener ingresos suficientes para la manutención de su familia, argumentando que la percepción por el trabajo que realizaba no era suficiente para mantener a su familia; esta situación según expresó, era de esta manera debido a que su pareja no brindaba apoyo económico. Además, en otras ocasiones manifestó su enojo hacia la familia de su actual pareja ocasionado por el hecho de que no aceptaban a su hija que poseía la condición Down, refiriendo que su suegra incluso le había deseado la muerte de su hija.

Por otro lado, la participante refería de manera verbal que durante su estancia en las sesiones se sentía tranquila y relajada, que sus problemas se olvidaban por el hecho de platicar con las compañeras, reír y convivir. Continuando con este punto, la participante 12, expresó de manera verbal frente al grupo, durante la sesión 5 que no sabía leer ni escribir, refiriendo que le ocasionaba pena decirlo, pero que esa era la verdad. Se considera que este fue un paso importante en el proceso de autorreconocimiento y expresión, debido a que en el transcurso de las sesiones adquirió la confianza para exteriorizar su situación y liberarse del secreto que llevaba consigo.

Debido a esta circunstancia relacionada a la lecto/escritura, no se cuenta con material escrito de sus aportaciones, solo con algunos de los elementos creados a través de las técnicas artísticas trabajadas en las sesiones correspondientes.

### **5.5.1 Comentarios generales del análisis individual de los datos.**

Una vez realizado el análisis de los datos a nivel individual, se puede ver el proceso mediante el cual cada participante pasó. De igual manera, la perspectiva es más amplia en relación a los momentos en los que las asistentes del grupo experimentaron y expresaron sus emociones, permitiendo conocer la imagen completa de las expresiones realizadas durante las 10 sesiones de trabajo.

En este mismo sentido, el presente análisis individual permitió conocer situaciones por las que atraviesan las participantes, las cuales generan diversas emociones en ellas. Entre éstas, se puede mencionar el amor que sienten hacia sus padres, hermanos, parejas e hijos y, la alegría que les produce tener una familia, sus hijos y su pareja en el caso de quien la tiene.

Por otro lado, hay quienes expresan el enojo que sienten hacia sus parejas por la forma en que las tratan a ellas y a sus hijos, además también se deja vislumbrar esta emoción dirigida hacia a

otros miembros de la familia como lo son hijos, hermanos, suegros o pareja. En esta misma línea, la emoción del enojo se percibe dirigida hacia las personas que de alguna manera sienten que amenazan su estabilidad familiar, y/o laboral, dígame compañeros de trabajo, vecinos, profesionales con los que se convive. Finalmente el enojo en ocasiones se encuentra dirigido hacia su persona, por el hecho de no cumplir con las características que ellas desean, por los errores cometidos en el pasado y por las formas en que han procedido en su vida.

Además de lo mencionado, la emoción de frustración también se hizo notar en el transcurso de las sesiones, enfocada al ejercicio de las actividades laborales, a los estudios que no fueron concluidos, a planes personales que no fueron desarrollados, actividades en las que no se posee la suficiente destreza; así como por aspectos relacionados a la pareja. En la misma forma las mujeres partícipes del grupo, experimentan preocupación ante el hecho de cuestiones futuras ligadas a la economía de la familia, o bien cuestiones de salud de alguno de sus hijos, pareja o padres.

En este orden de ideas, se puede referir que las participantes además de lo comentado, también dejan ver que pasan por un periodo de duelo, a raíz de la pérdida de una madre o bien, de una relación de pareja. En relación a este punto, hay miembros del grupo que están al cuidado de sus padres o madres enfermos y pasan por situaciones en las que el resto de su familia no se integra a estos cuidados, dejando que la responsabilidad solo recaiga en ellas.

Como se puede apreciar por medio de este recorrido por las sesiones de trabajo desarrolladas con las participantes, las emociones y las circunstancias que las hacen percibirlas, no son diferentes al resto de la población. Las mujeres madres y/o cuidadoras de personas con Síndrome de Down, poseen emociones, inquietudes, deseos y preocupaciones similares que el resto de las madres de niños, adolescentes, jóvenes y adultos regulares. De la misma manera, experimentan alegría por cosas concernientes a su familia y su persona, enojo hacia circunstancias que amenacen su ambiente familiar, además de experimentar esta emoción cuando se dan cuenta de que no tienen todo lo que quieren como suficiente dinero, la familia perfecta, el mejor temperamento, la mayoría de las personas en algún momento de la vida se ha sentido de esta manera.

En este caso y de acuerdo a lo que se ha visto, las mujeres partícipes del proyecto tienen las mismas emociones que el resto de las mujeres, unas relacionadas al Síndrome de Down y otras generadas por las diversas situaciones de su vida, ya sea a nivel personal, familiar o social y por los diferentes escenarios en los que se desenvuelven.

De igual manera, se puede percibir que el síndrome de Down es parte de la vida de las mujeres que formaron parte del grupo, debido a que son cuidadoras de personas que tienen esta condición, cuyas edades oscilan entre los 4 y 15 años de edad. Sin embargo, su vida no gira en torno al ejercicio de este papel y fungir como cuidadoras no es el único motivo de las preocupaciones, frustraciones, enojos y alegrías que puedan experimentar. Existe una historia individual presente en cada cuidadora que vale la pena ser escuchada y trabajada, con la finalidad de aumentar la calidad de las relaciones que se tienen con ellas mismas y con las personas que las rodean.

## 5.6 Análisis grupal de los datos

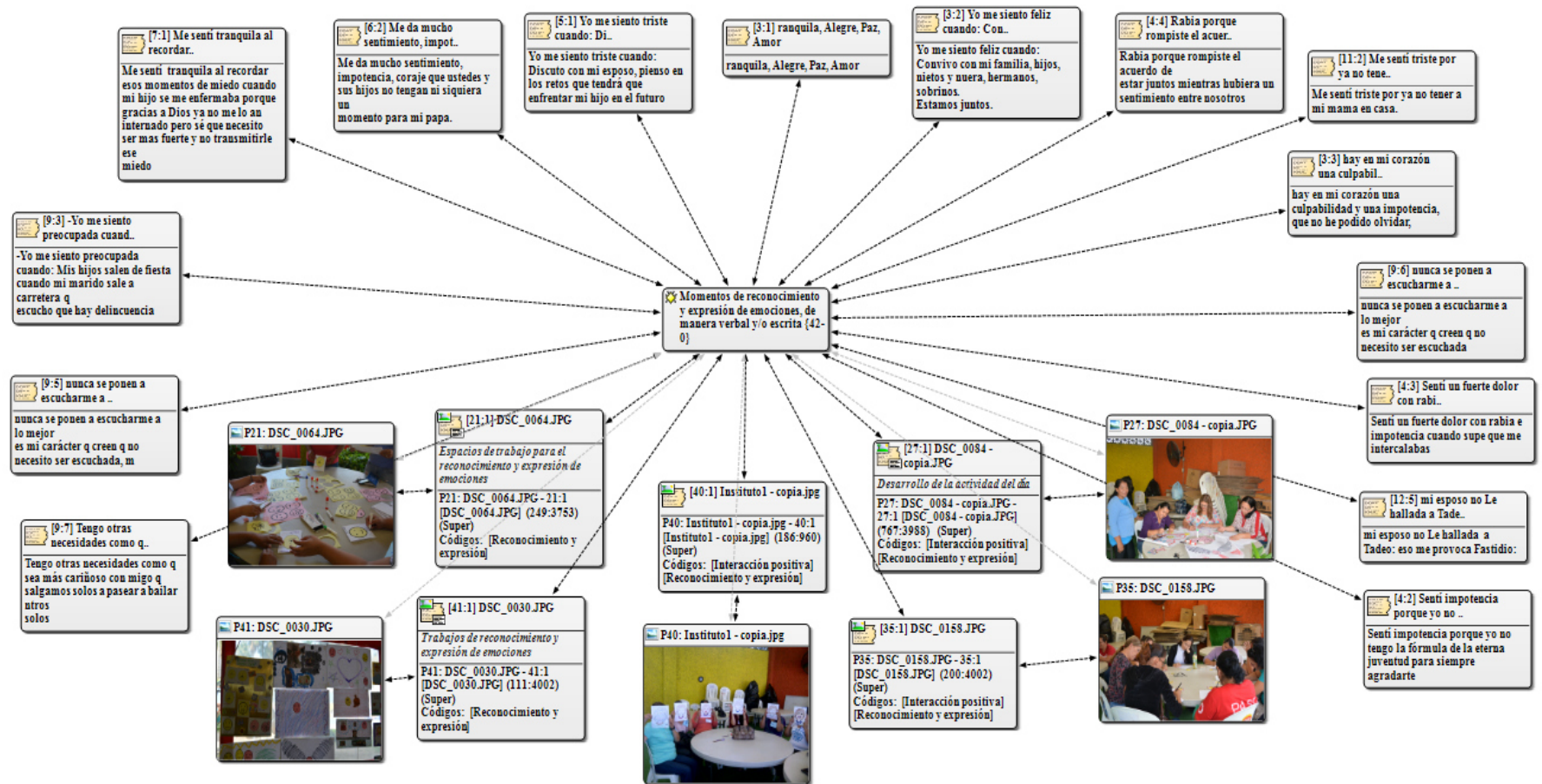
En el marco del análisis anterior, se prosiguió a realizar las observaciones referentes a los datos obtenidos durante las sesiones de trabajo, pero ahora desde un enfoque grupal, tomando en cuenta los objetivos específicos con los cuales fue guiada la intervención, así como las dos categorías de análisis desarrolladas que surgieron de ellos. Se considera pertinente mencionar que este nivel de análisis en un primer momento, fue desarrollado mediante la utilización del software para el análisis de datos cualitativos, *ATLAS.ti* y la utilización de redes sistémicas en algunos aspectos. De acuerdo a esta secuencia, se inició con el primer objetivo específico y con la meta correspondiente a este.

**Objetivo específico 1:** “Propiciar el autorreconocimiento y expresión de las emociones de los cuidadores de personas con síndrome de Down, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano”.

**Meta 1:**” Los cuidadores de las personas con Síndrome de Down, reconocen y expresan sus emociones, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano”.

En relación a este primer objetivo específico y su meta, se puede mencionar que sí se propició el autorreconocimiento y expresión de emociones en las cuidadoras que formaron parte del grupo de trabajo. Esta condición, se dio a través de la aplicación de técnicas y dinámicas artísticas y de desarrollo humano, durante el transcurso de las sesiones.

**Figura 5. Momentos de autorreconocimiento y expresión de emociones de manera verbal y/o escrita.**



Como se puede apreciar en la figura 5, se muestran algunos ejemplos de la expresión de emociones que se dieron durante el período de ejecución, entre las que se pueden encontrar: alegría, tristeza, culpa, impotencia, preocupación, por mencionar algunas de la amplia gama de emociones expresadas. Estas fueron exteriorizadas por parte de las participantes, a través de las técnicas desarrolladas, así como de manera verbal y escrita.

Como otro ejemplo del cumplimiento de este objetivo específico, y mediante la utilización de redes sistémicas, se encontraron similitudes entre el autorreconocimiento y las expresiones realizadas por las colaboradoras, vislumbrando de esta manera, situaciones similares por las que pasan en su vida diaria. Los datos que permitieron identificar las semejanzas entre las participantes, fueron expresados de manera escrita y en algunos de los casos de manera verbal frente al grupo.

- a) De acuerdo a la emoción de enojo (4/11) casos analizados, entre los que se encuentran las participantes: 3, 6, 9 y 10 coinciden en estar enojadas con sí mismas, al tener las siguientes expresiones y manifestarlo directamente de manera escrita:

*Nº 3: “Estoy actualmente pasando por un divorcio y eso me enoja realmente por no poder mantener un compromiso hecho para toda la vida”*

*Nº 6: “Mi enojo es porque no me puedo controlar con migo misma”*

*Nº9: “tengo coraje conmigo misma porque no estoy de acuerdo como soy ni lo que ha sido mi vida”*

*Nº 10: ““Conmigo misma”.”las mentiras de mi ex, mi credulidad después de una estafa de mi ex, ser demandada con mentiras por mi ex”*

- b) Con respecto a la frustración, acerca de la falta del cumplimiento de sus necesidades y deseos, se puede decir que 4/11 casos analizados refieren experimentar esta emoción:

*Nº 1 “Yo me siento frustrada cuando: Las cosas son planeadas para salir y me quedo vestida y alborotada esperando.”*

*Nº 2 “Yo me siento frustrada cuando no tengo tiempo para mi”*

*Nº 10: “frustración porque esa familia ideal jamás llegaría” “Yo me siento frustrada cuando: pienso en la carrera que no termine, Falta de una familia funcional de origen”*

*Nº 11: “Yo me siento frustrada cuando: Mis alumnos no se interesan por sus estudios y presentan pésima conducta”.*

- c) En lo que respecta a la relación de pareja, se puede mencionar que las participantes 5, 6, 7 y 8 comparten situaciones similares, en cuestión de interacción con parejas o ex parejas, que de alguna manera las afectan:

*Nº 5 “Me siento como en segundo lugar...Tengo otras necesidades como q sea más cariñoso con migo q salgamos solos a pasear a bailar ntros solos pero no cambia yo no quiero un matrimonio así lo quiero pero para el es el trabajo mis hijos y luego yo”*

*Nº 6 “Sentí un fuerte dolor con rabia e impotencia cuando supe que me intercalabas con una chica de la edad de miga” “Rabia porque rompiste el*

*acuerdo de estar juntos mientras hubiera un sentimiento entre nosotros y vi que ese sentimiento había terminado y no tuviste el valor de decírmelo”*

*Nº 7 “ha sido muy serio no me dice lo que siente lo que trae cargando me inquieta mucho eso porque siempre le tengo que adivinar las cosas y para mí eso no me gusta eso de ser serio nunca he podido quitárselo y ahora con la niña que tuvimos es una bendición cambio un poquito pero la chifla mucho y la niña yo no puedo con ella por que el estira y le da todo y a mí no me parece”*

*Nº 8 “Yo me siento triste cuando: mi esposo me dise cosas.”, “Yo me siento frustrada cuando: me deja plantada mi esposo” “Yo me siento enojada cuando: mi esposo esta mandando a cada rrato” “mi esposo no Le hallada a Tadeo: eso me provoca Fastidio”.*

Sobre la base de las consideraciones anteriores, se prosiguió a realizar el análisis grupal tomando en cuenta el segundo objetivo específico de la intervención:

**Objetivo específico 2:** “Generar una interacción positiva entre las cuidadoras de personas con Síndrome de Down durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano”.

**Meta 2:** “Las cuidadoras de personas con Síndrome de Down, tienen una interacción positiva durante la intervención, a través de dinámicas grupales, técnicas artísticas y de desarrollo humano”.





De igual manera, se presentan algunas imágenes donde es evidente la interacción que se daba durante los diferentes espacios de las sesiones de trabajo, en los momentos de la realización de técnicas y dinámicas, tiempos de reflexión individual y grupal; así como de expresión, finalmente en los períodos de convivencia en la toma del refrigerio después de cada reunión.

Entre estas muestras de interacción positiva, se encuentran las imágenes donde las participantes demuestran una actitud de respeto hacia el trabajo de las demás compañeras, en los diferentes espacios de expresión, ya sea de manera individual y/o grupal, así mismo se aprecian algunas de las expresiones de afecto que se tenían entre sí. De igual forma, tomando en cuenta las fotografías se percibe la apertura y cooperación que se tuvo en la realización de las dinámicas grupales. Esta misma actitud se hizo presente en los diversos convivios realizados al finalizar cada sesión de trabajo, debido a que el grupo, se ponía de acuerdo para llevar un refrigerio y compartirlo con las asistentes.

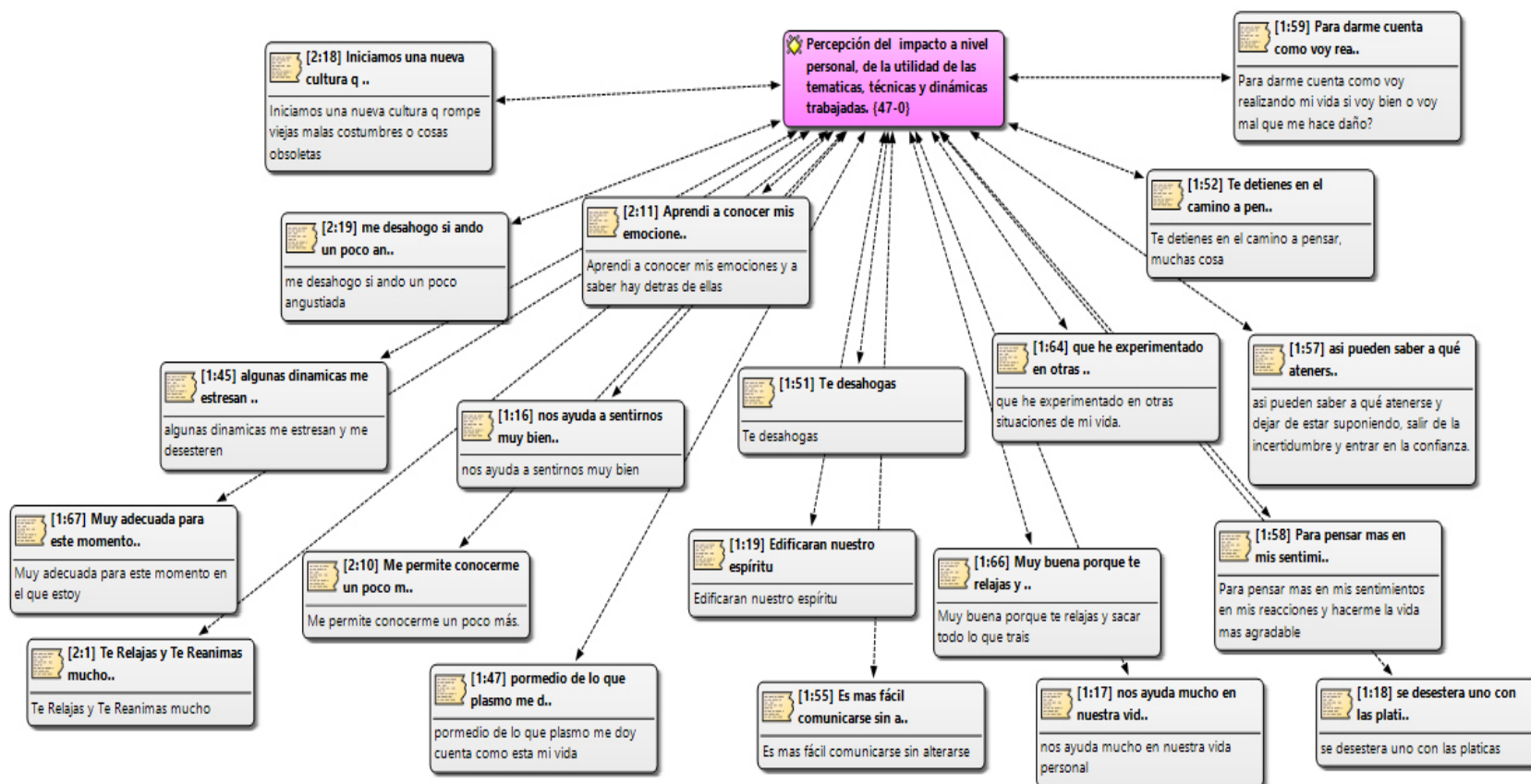
En este mismo sentido, existieron expresiones relacionadas al ambiente de trabajo, las cuales referían el agrado de las técnicas y de las dinámicas aplicadas. Además de expresiones que vislumbraban la comodidad que experimentaban las asistentes durante las sesiones, y mediante la convivencia que se generaba entre ellas, en los diversos momentos en los que estaban reunidas.

### **5.7 Análisis de datos y resultados referentes al nivel de satisfacción general de la intervención**

La evaluación de proceso, como ya se mencionó anteriormente es aquella que se realiza durante la implementación, para tomar en cuenta aspectos complementarios, que permitan identificar, en este caso la satisfacción de las participantes, percepciones acerca de las técnicas y dinámicas trabajadas, así como inquietudes e intereses para continuar trabajando. Además de sus opiniones, concernientes a la manera en que se llevó a cabo la dinámica grupal, el manejo de grupo y el nivel de utilidad que se le encontró a lo trabajado a lo largo de las sesiones.

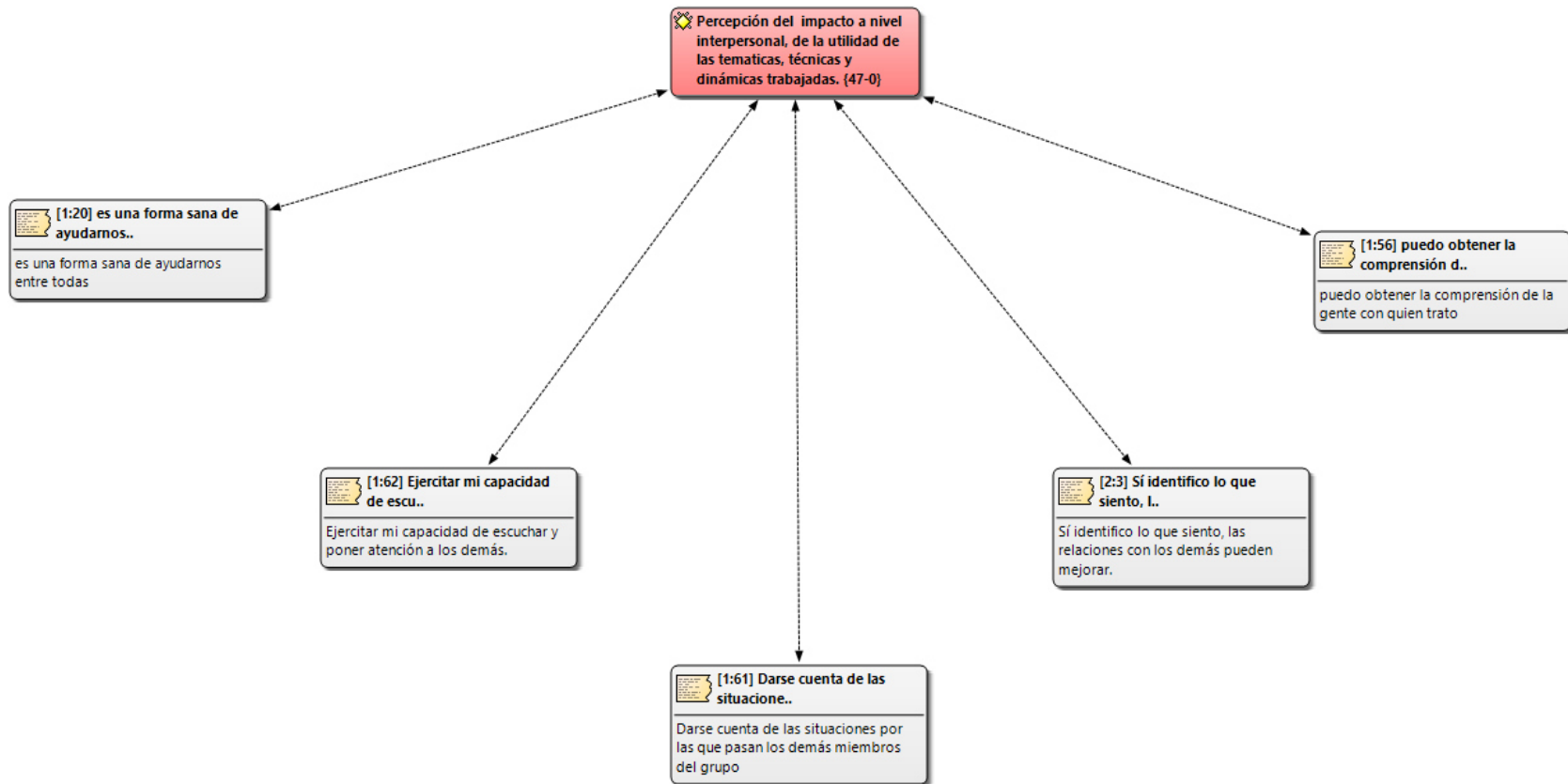
Para dar inicio con este análisis se consideró pertinente conocer la opinión que tuvieron las asistentes en relación a la utilidad que percibieron durante las temáticas, dinámicas y técnicas, trabajadas en el transcurso de la intervención, estos elementos fueron distribuidos en las siguientes categorías: Utilidad de lo trabajado a nivel personal, así como interpersonal. Además de la utilidad de las técnicas y dinámicas aplicadas, para la expresión y autorreconocimiento de emociones.

**Figura 7. Percepción del impacto a nivel personal, de la utilidad de las temáticas, dinámicas y técnicas trabajadas.**



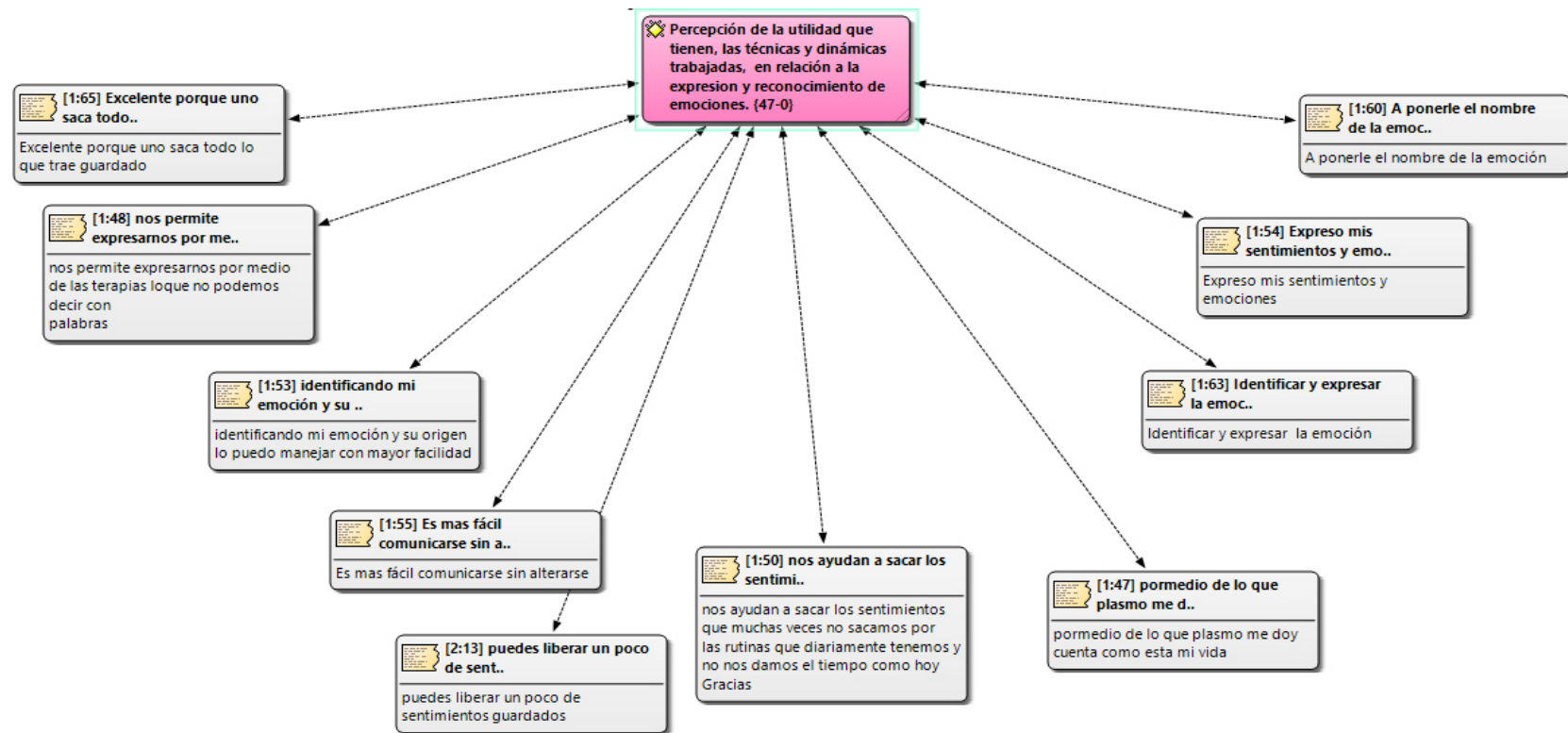
Como se puede apreciar en la **Figura 7**. Las participantes del taller consideran que lo que se trabajó en el transcurso de las sesiones, fue de utilidad a nivel individual debido a que gracias a ello, se relajaron, salieron de la rutina, se dieron la oportunidad de conocerse más a sí mismas. Además según lo que refirieron les sirvió para realizar un alto en su vida y meditar respecto a cómo la están llevando a cabo. De igual manera les proporcionó herramientas para expresar lo que sienten y de esta manera desahogarse, cuando lo comparten. Así, como conocer la existencia de las emociones en su vida diaria y prestar atención a lo que se encuentra detrás de ellas

**Figura 8. Percepción del impacto a nivel interpersonal, de la utilidad de las temáticas, técnicas y dinámicas trabajadas.**



En la segunda categoría se abordaron las percepciones que las participantes tenían, respecto a la utilidad que identificaron durante las temáticas, técnicas y dinámicas trabajadas, en relación a sus relaciones interpersonales. Tomando como referencia la **Figura 8.** se puede referir que las integrantes del grupo encontraron oportuno lo desarrollado en las sesiones a nivel interpersonal, debido a que consideran que es una manera de conocer las situaciones por las que pasan las demás integrantes del grupo y de esta manera se pueden ayudar mutuamente. De igual forma comparten que a través de lo trabajado ejercitan la escucha hacia las demás personas. Por otro lado, ellas perciben y expresan que abordar este tipo de temáticas, técnicas y dinámicas les permite adquirir la comprensión de las personas que las rodean y mejorar sus relaciones interpersonales.

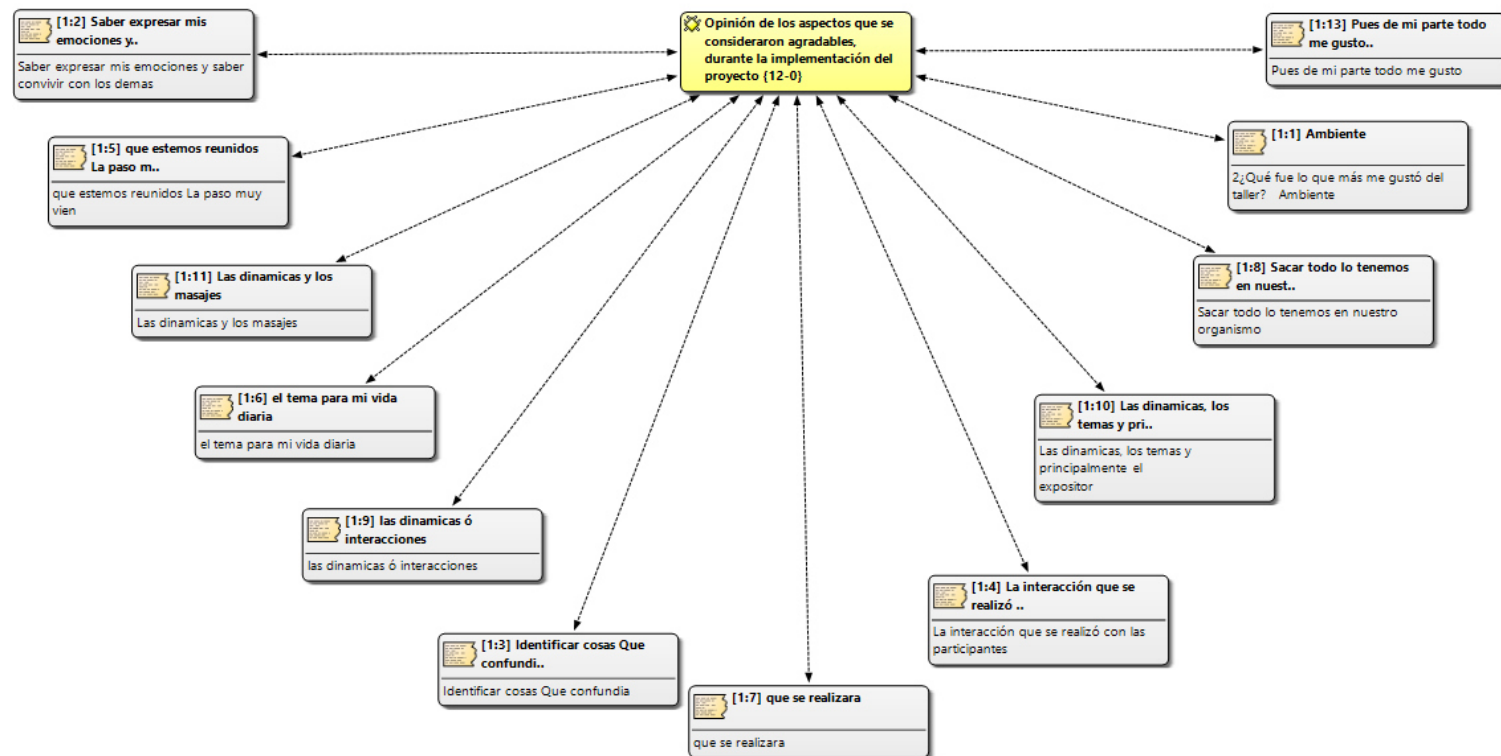
**Figura 9. Percepción de la utilidad que tienen, las técnicas y dinámicas trabajadas, en relación a la expresión y autorreconocimiento de emociones.**



En la última categoría de análisis se abordó la percepción que tienen las participantes respecto a lo trabajado, para la expresión y autorreconocimiento de las emociones, con la finalidad de conocer lo expresado, se tomó en cuenta la **Figura 9**. Entre las opiniones de las asistentes, se pueden apreciar que consideraron que las técnicas y dinámicas desarrolladas permitieron que expresaran lo que sienten, además refieren que a través de ellas, se les permitió expresarse de una manera diferente, sin necesidad de utilizar palabras. Así mismo mencionan se les fue posible identificar y expresar sus emociones.

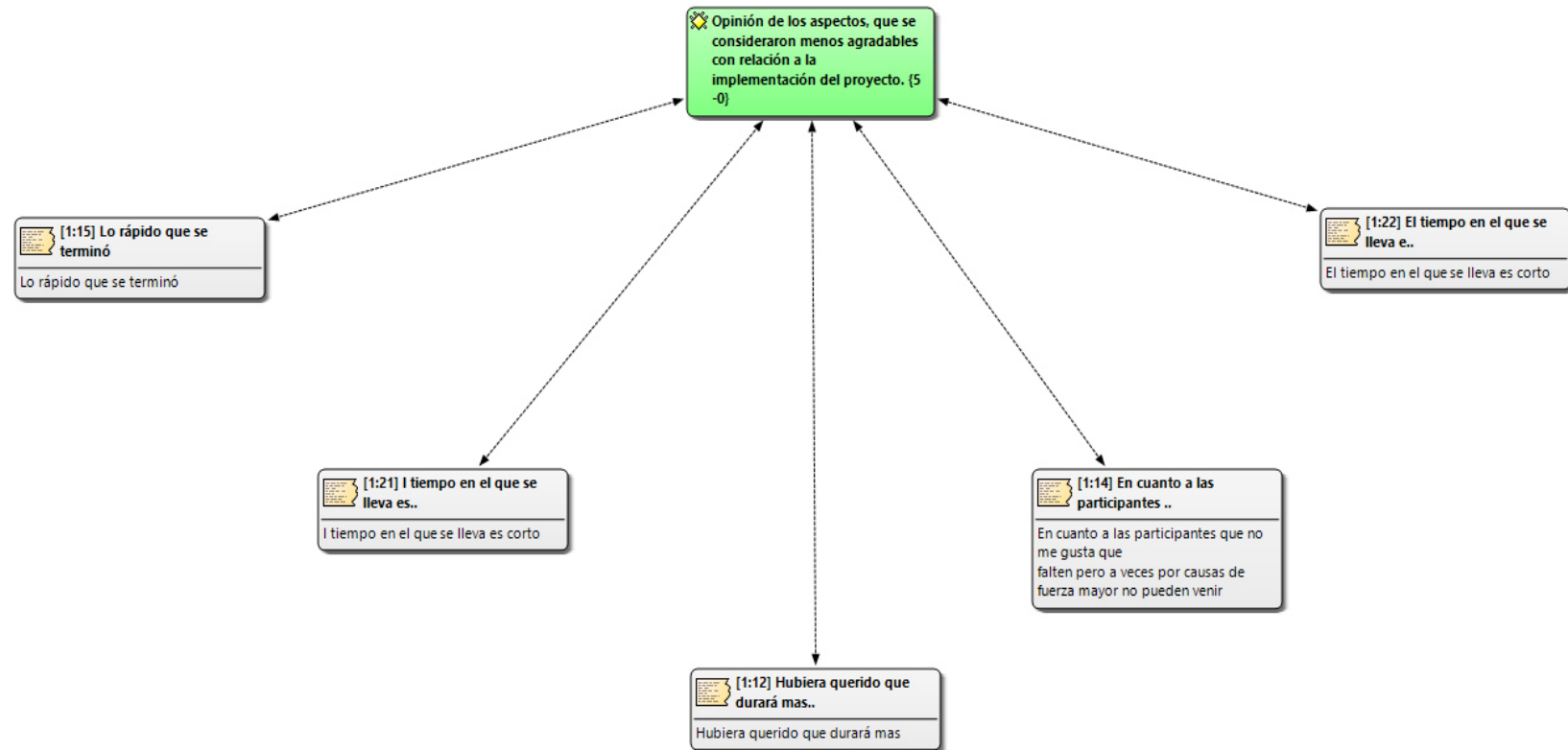


**Figura 10. Opinión de los aspectos que se consideraron agradables, durante la implementación del proyecto.**



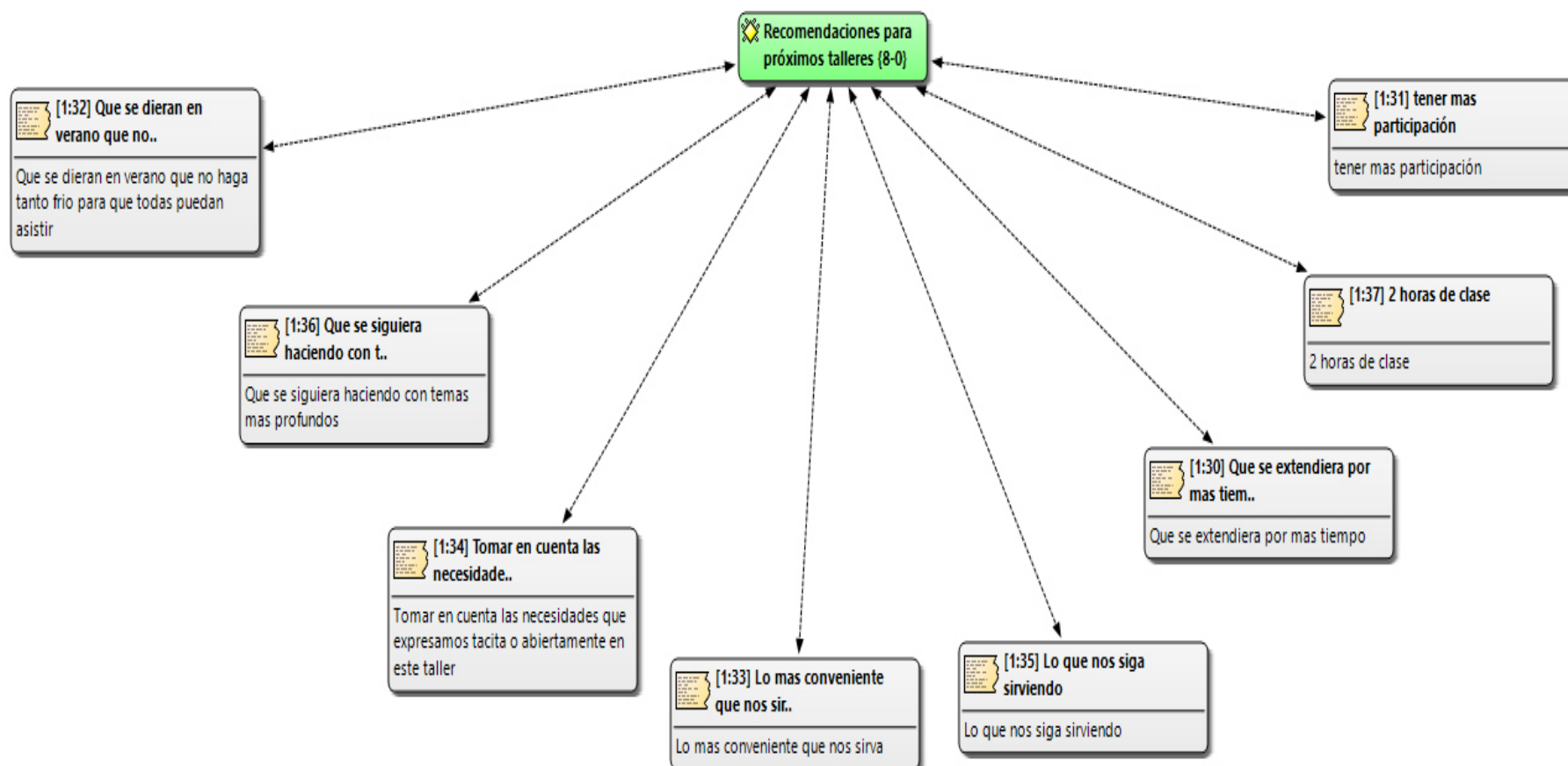
En relación a los aspectos que durante la implementación del proyecto fueron agradables para las asistentes, se puede mencionar tomando en cuenta la **Figura 10. Opinión de los aspectos que se consideraron agradables, durante la implementación del proyecto**, que las integrantes del grupo con el que se trabajó consideraron agradables las temáticas desarrolladas, además de las técnicas y dinámicas empleadas, de igual manera percibieron favorable el espacio creado para la interacción y expresión.

**Figura 11. Opinión de los aspectos, que se consideraron menos agradables con relación a la implementación del proyecto.**



En este mismo sentido, las colaboradoras en el taller expresaron aquellos elementos y/o circunstancias que les parecieron menos agradables. En relación a esto se tomará en cuenta la **Figura 11**. Entre los elementos que las asistentes refirieron se vislumbra el corto período de tiempo en el que se trabajó y las inasistencias de algunas de las participantes.

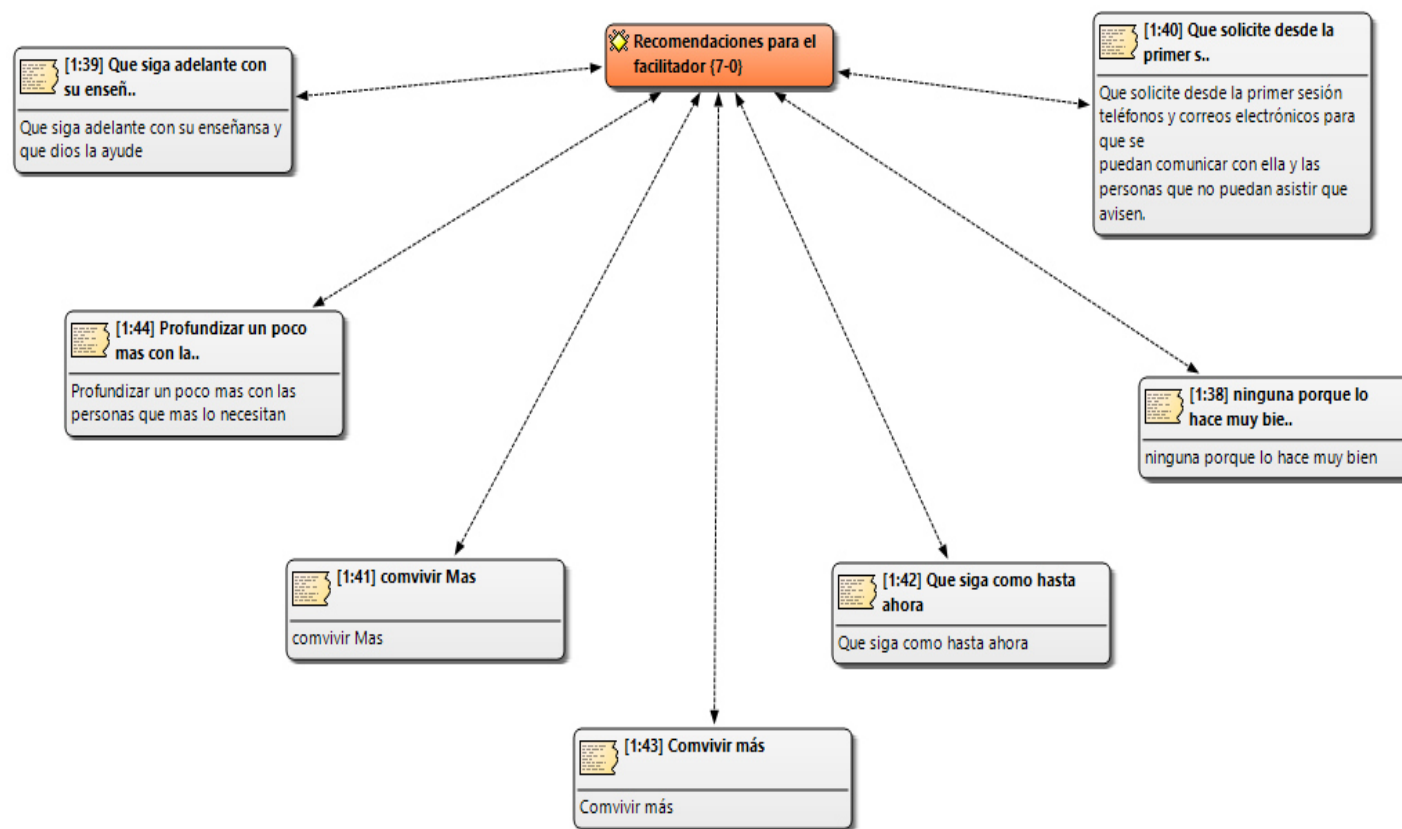
**Figura 12. Recomendaciones próximos talleres.**



De acuerdo a lo que se aprecia en la **Figura 11**. Las participantes exteriorizan su inquietud porque se lleven a cabo en una época del año que les permita asistir, como el verano. Además refieren su interés en que el horario de trabajo sea ampliado a 2 horas. En relación a las temáticas, recomiendan que se profundicen en los temas vistos y que se tomen en cuenta las necesidades que durante la intervención fueron expresadas, así como que se sigan desarrollando temáticas que sean para su beneficio.

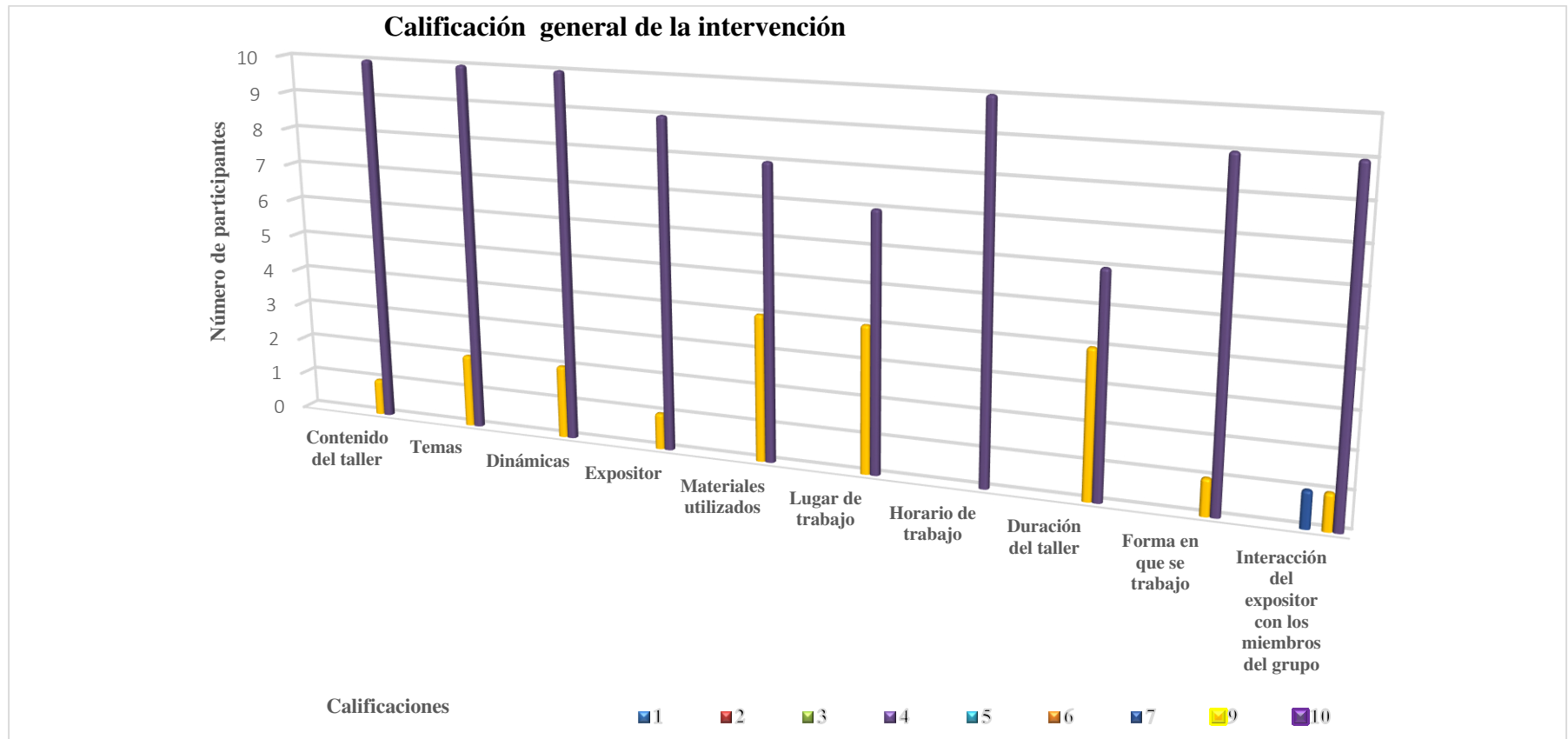


**Figura 12. Recomendaciones para el facilitador.**



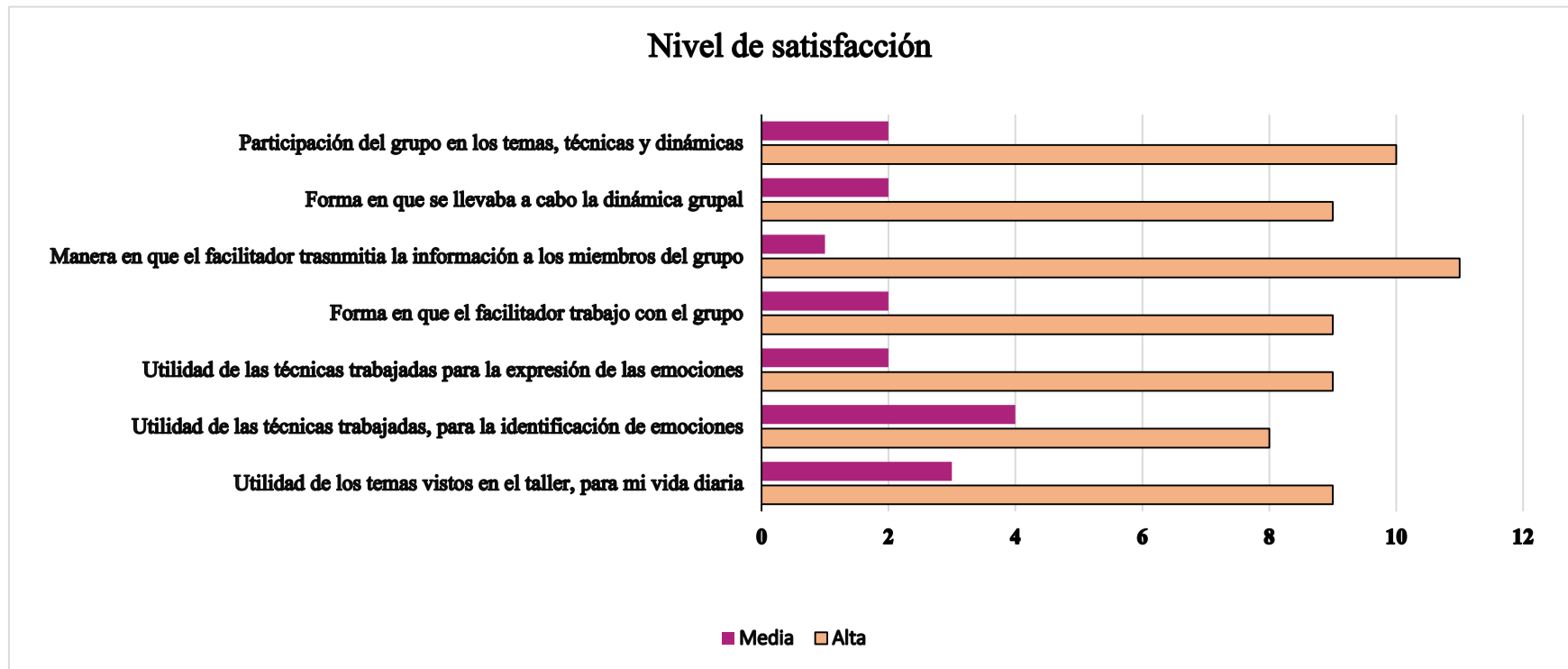
Con respecto a las recomendaciones que las asistentes dirigen, en relación al facilitador se puede mencionar que está presente la necesidad de profundizar con las personas que más lo requieran. Por otro lado, respecto a la dinámica grupal las participantes consideran necesario que se soliciten teléfonos y medios electrónicos de comunicación para mantener contacto con el facilitador, y así tener la apertura para informar si no se puede asistir a las sesiones en alguna ocasión. De igual manera, estiman que sería conveniente que el facilitador aumentara el nivel de convivencia con el grupo.

Gráfico 1. Calificación general de la intervención



En este mismo sentido, se obtuvo información de manera general de los diversos aspectos presentes durante la ejecución del proyecto, pero ahora mediante la aplicación de una encuesta en la sesión final de trabajo. En relación a ello, se tomará como apoyo la gráfica 1, donde se aprecia la calificación que las asistentes colocaron a cada uno de los aspectos mencionados, teniendo en cuenta que 1 es la calificación más baja y 10 es el nivel máximo. De acuerdo a los datos del gráfico, se puede apreciar que la mayoría de las categorías a evaluar, obtuvieron niveles altos de calificación.

Gráfica 2 Nivel de satisfacción.



De igual manera en la gráfica 2 se aprecia el grado de satisfacción que las participantes, percibieron en los diferentes aspectos de la intervención. Esta percepción de satisfacción podía ser clasificada como alta, media y baja. Tomando en cuenta los datos del gráfico, se puede apreciar que en la mayoría de los criterios a evaluar, se valúa una satisfacción que va desde media a alta.

Por los datos presentados con anterioridad, se puede referir que de manera general la intervención fue del agrado de las participantes, de igual forma se considera que las temáticas, técnicas y dinámicas resultaron ser de utilidad a nivel personal, interpersonal, y para la expresión y autorreconocimiento de emociones. Así mismo, estos elementos obtuvieron en gran parte un nivel de satisfacción alto.

Con respecto al interés que manifestaron las integrantes del grupo, acerca de seguir trabajando y participando en próximas actividades, se puede referir que existe la necesidad y apertura, por parte de las participantes para continuar colaborando activamente en la implementación de nuevos talleres, seminarios, proyectos, que tengan como contenidos los sugeridos por ellas e inclusive cualquier otra temática que resulte oportuna y que cubra las necesidades expresadas.

En relación a los tiempos en los que se trabajó dentro del Instituto Down, las mujeres participantes brindaron una calificación satisfactoria, añadiendo que consideraban que el tiempo ideal para implementar proyectos era el verano, con la finalidad de que se obtuviera mayor asistencia y aprovechamiento. De igual manera, sugirieron que el horario fuera ampliado a 2 horas, y que la duración del proyecto fuera mayor.

## **5.8 Conclusiones**

### **5.8.1 Alcances del proyecto de intervención**

Mediante la implementación del proyecto dirigido a las cuidadoras de las personas con Síndrome de Down del Instituto Down de Monterrey, A.B.P, se propició un espacio donde las madres y cuidadoras que participaron, tuvieron la oportunidad de autorreconocer y expresar sus emociones referentes a situaciones relacionadas con sus hijos con síndrome de Down y a otras circunstancias de su entorno como lo son: las relaciones con su pareja y de más interacciones personales presentes entre sus diversos ambientes.

Se considera que la mencionada intervención, obtuvo resultados favorables debido a la metodología de trabajo, constituida por las temáticas, técnicas y dinámicas grupales, de índole artístico y de desarrollo humano. Todo lo anterior, propiciando en un primer momento un acercamiento con las integrantes del grupo; facilitando el autorreconocimiento y expresión de las emociones con el apoyo de técnicas artísticas que les permitiera en primera instancia, la adquisición de confianza para al momento de su expresión, a través de los diversos materiales que se eran puestos a su disposición, debido a que no era necesario utilizar palabras. Respetando el espacio de cada integrante, el trabajo realizado y la decisión de compartir su trabajo de manera verbal con el resto del grupo.

De igual manera, por medio de la utilización de técnicas de desarrollo humano, se dio el autorreconocimiento y la expresión de emociones de manera escrita y verbal frente al grupo. De esta forma se continuó con la recolección de los datos que permitirían vislumbrar las situaciones, inquietudes y necesidades por las que atravesaban las participantes. Además, se puede referir que se logró obtener un ambiente de interacción positiva gracias a que las asistentes al grupo mostraron una actitud colaborativa, amable, respetuosa, con apertura para participar en las diversas técnicas y dinámicas.

Gracias a la participación que se obtuvo, fue posible que se identificaran algunas situaciones similares que las integrantes del grupo tenían entre sí, como lo fueron: manifestaciones de enojo hacia ellas mismas, sus parejas u otros miembros de la familia y al mismo tiempo dificultad para expresar esta emoción. Además, frustración por actividades que no han realizado, o que dejaron de realizar. Así como aspectos relacionados a su vida de pareja. Todo lo anterior, favoreciendo al surgimiento de problemas de autoestima, conflictos de pareja, de interacción social y problemas para el manejo de lo que sienten.

En relación a lo anterior, se tuvo la oportunidad de percibir que las madres de familia y/o cuidadoras de personas con Síndrome de Down, tienen otras necesidades a parte de las que surgen al tener un hijo con esta condición. Poseen requerimientos personales de afecto, distracción e interacción que les permita compartir ideas, inquietudes, dudas, incrementar su conocimiento en relación a experiencias de las demás madres y/o cuidadoras que pasan o pasaron por situaciones similares, en relación a la condición Down de sus hijos(as) o en cuestiones personales relacionadas a la interacción con sus familiares, hijos y pareja.

Finalmente se puede referir que fue viable la creación de un espacio exclusivo para las cuidadoras de las personas con síndrome de Down que pertenecen al Instituto, en el cual se hizo posible el fomento del autorreconocimiento y expresión de las emociones, a través de la utilización de las diversas técnicas de intervención. De igual manera a nivel grupal se propició una interacción positiva entre los miembros del grupo, en la cual se hizo posible la convivencia basada en el respeto hacia las compañeras y sus situaciones. Al mismo tiempo se generó la inquietud de continuar con el espacio de reflexión, mediante el trabajo de otras temáticas propuestas por las integrantes del grupo.

### **5.8.2 Implicaciones del proyecto social para el campo del Trabajo social**

El profesional de Trabajo Social, encuentra un amplio campo de trabajo en la elaboración de programas y proyectos sociales, debido a que su formación académica le permite tener la capacidad para realizar esta actividad, además su perspectiva social se considera que es una herramienta fundamental para considerar las problemáticas sociales y trabajar en ellas desde los diferentes tipos de intervención, como lo son de comunidad, grupal e individual.

En esta ocasión, mediante la intervención grupal realizada se puede comentar que el profesional de Trabajo Social y Proyectos Sociales posee la capacidad de aportar una metodología que permite adquirir resultados viables y medibles, mediante la implementación de las diversas etapas llevadas a cabo: diagnóstico, planeación, ejecución y evaluación. Debido a que esto permite tener intervenciones profesionales, válidas y fundamentadas.

De igual manera, se estima que la implementación del proyecto permitió que el profesional, obtuviera una mirada holística de las participantes, en este caso cuidadoras de personas con Síndrome de Down, en relación a sus necesidades emocionales, permitiendo conocer las situaciones por las que atraviesa cotidianamente, dando la oportunidad de idealizar nuevas intervenciones que favorezcan su crecimiento personal, en sus diversas dimensiones como lo son a nivel individual, familiar y social.

Al estar implementando este proyecto, se hizo especial uso de un conjunto de cualidades que un profesional de esta área debe de poseer en el ejercicio de su trabajo, entre las cuales se pueden resaltar las siguientes:

Deseo de comprender más que de juzgar. Desprendimiento de los prejuicios con la finalidad de observar los procesos de la vida y del cambio tal como se producen, y de escuchar y oír tanto las palabras como los silencios. Creatividad para enfocar su propia actuación en los asuntos del cliente, de modo de promover la capacidad de éste, para ver las circunstancias de su propia vida más claramente, conseguir un mayor control de su persona y hacerse más aptos para entablar relaciones humanas y responder a sus exigencias (Moix, 2006:323).

Además de lo mencionado, el profesional de Trabajo Social con la finalidad de intervenir satisfactoriamente a través de la formación del grupo y la implementación del proyecto, también se vio en la necesidad de ejercitar otras cualidades humanas de la profesión, como las menciona Ander-Egg (2003), para complementar su trabajo, entre ellas se puede mencionar la habilidad para motivar, la amabilidad, simpatía, buen humor, facilidad de palabra, apertura, disponibilidad hacia los demás, empatía y escucha, así como madurez emocional para aceptar cuando las cosas no surgen tal y como se tenía contemplado.

Se estima que el profesional de trabajo social y proyectos sociales, a través de las intervenciones que realiza obtiene información relevante para la creación de nuevas políticas sociales, al estar en contacto directo con la población, y tener la oportunidad de escuchar y percibir las necesidades que ésta manifiesta por medio de sus comentarios y acciones. De igual manera, mediante el ejercicio de la intervención puede identificar nuevos campos de acción y especialización, al buscar el complemento de su ejercicio profesional a través del uso de otras herramientas. Como surge en esta ocasión, la necesidad de profundizar para intervenciones futuras de esta misma índole, en la arte terapia, con la finalidad de ampliar el conocimiento de las técnicas artísticas de intervención social, tener la capacidad de realizar un seguimiento e interpretación de los elementos desarrollados por los participantes.

### **5.8.2 Limitaciones**

Durante la implementación del proyecto, se presentaron circunstancias que limitaron algunos aspectos relacionados a la intervención entre los que se encuentran los siguientes:

#### **1. Tiempo**

- Debido a que el área destinada para la intervención era el comedor de los alumnos, no era posible preparar el ambiente de trabajo con anticipación. Esto provocaba un atraso en el factor tiempo, ya que posterior a que se desocupara el área se proseguía a limpiarla y a colocar el material que se utilizaría en la sesión.
- En relación al horario de trabajo, se podría decir que para algunas participantes resultaba complicado, porque tenían que salir a las 12:00 h a recoger a sus niños que tenían en el kínder aledaño. De igual manera la salida de los alumnos del Instituto era a las 12:30 h, esto generaba varias situaciones como: había atraso al comenzar, existía atraso al terminar, provocando en los últimos momentos de las sesiones cierta tensión o bien acelere por parte de las asistentes al grupo, debido que debían salir a recoger a sus hijos.

## **2. Espacio**

- En relación al espacio físico se puede mencionar que en ocasiones era un limitante para el inicio de la sesión, tomando en cuenta la cuestión planteada anteriormente referente a que era el área de comedor de los alumnos. De igual manera, como estaba aledaño a una puerta de servicio a través de la cual se recogía la basura, en diversos momentos se presentaron interrupciones por esta causa. Así mismo por estar cercano a la avenida principal, el ruido era un factor que limitaba la escucha de la música de fondo que se ponía para realizar las técnicas del día.

## **3. Condiciones climatológicas**

- Otro factor importante fue el clima, debido a que cuando estaba lloviendo o la temperatura era baja, las participantes preferían no salir para que sus hijos no adquirieran una enfermedad, provocando inasistencia o suspensión de la sesión programada.

## **4. Factores externos:**

- Se presentaron casos en los cuales las participantes dejaban de asistir por algunas sesiones debido a que tenían que cuidar a sus padres y/o madres, así como a sus suegros. Otro de estos factores se dio en casos donde las asistentes realizaban diversas actividades como trabajar o participar en talleres o pláticas fuera de la Institución en alguno de los días que se tenían programadas las sesiones.

### **5.8.3 Recomendaciones**

Como recomendación inicial y tomando en cuenta la respuesta, participación y apertura observada durante la implementación de este proyecto, se considera muy importante mantener el espacio generado, con una visión individual de los(as) sujetos de intervención, respecto a sus necesidades y deseos personales, con la finalidad de seguir con las convivencias entre las integrantes de la Institución, ya que de esta manera, se piensa que será posible llevar a cabo nuevos proyectos, capacitaciones, reflexiones, grupos de discusión y reflexión que permitan conocer a la institución las necesidades existentes y las que surgen a raíz de los cambios de etapas por las que las participantes pasan, en relación a su persona y a sus hijos con Síndrome de Down, suponiendo que esto impactará en alguna medida en su sano desarrollo.

Por otro lado, se considera que se obtuvieron respuestas favorables respectivas a la participación en las técnicas desarrolladas, debido a que los materiales realizados fueron anónimos, y los espacios destinados a la expresión verbal eran opcionales, no existió presión a la participación. Así mismo otro aspecto que se contempló importante fue la utilización de diversos materiales para la expresión de sus emociones, ya que en algunos casos no era necesario emplear palabras, solo colores, imágenes, texturas, por mencionar algunas cosas. De esta manera se contempla que el trabajo desarrollado de esta forma, favorece al acercamiento y la participación.

Hechas las consideraciones anteriores, se cree pertinente profundizar con ayuda del arte terapia, en las cuestiones que surgieron por medio del trabajo realizado a través de las técnicas artísticas, referentes al autorreconocimiento y expresión de emociones, agregando la manera de controlarlas, manejarlas y trabajarlas , como de otros aspectos que pudieran ser tratados de esta forma.

De igual manera, y tomando en cuenta las sugerencias realizadas por las asistentes del grupo, se considera pertinente la implementación de seminarios enfocados a tópicos relacionados con el desarrollo humano, que las participantes trabajen de una manera más amplia y detenida temáticas relacionadas a la autoestima, escucha activa, comunicación efectiva, entre otras referentes a este tema. En relación a esto, también se piensa que sería de utilidad para la población que conforma la institución, manejar seminarios vinculados a la adquisición de habilidades para la vida, ya que estas les servirán para mejorar y/o aumentar sus relaciones interpersonales, y en la resolución de conflictos que puedan presentarse en su vida diaria.

Así mismo, se considera que la intervención a través de la proyección de películas relacionadas a temáticas sociales que pudieran girar en su entorno, serían de utilidad para trabajar sus inquietudes, conocer sus puntos de vista, generar espacios de reflexión y convivencia, generando de manera progresiva el ambiente de confianza y participación sin invadir sus espacios.

Como actividades complementarias, se cree apropiado generar espacios de convivencias, simulaciones de días de campo, un café, cine, en sí, ambientes de recreación que compensen la rutina que se viven las participantes durante la semana y que propicien el aprovechamiento del tiempo mientras se está a la espera de la salida de los alumnos. Lo anterior puede estar acompañado de talleres de actividades manuales, cursos de primeros auxilios, clases de bailoterapia, aerobics, etc. Acciones que permitan que las cuidadoras se desarrollen en diversos aspectos, con la finalidad de que tengan un equilibrio en sus vidas y esto impacte a nivel familiar en pro del desarrollo de la persona con Síndrome de Down.

Además de lo mencionado, se contempla que sería interesante la utilización y aprovechamiento de los diferentes espacios físicos de la Institución para la implementación de proyectos futuros, con la finalidad de adquirir el mayor beneficio de ellos y mantener el interés de la participación de las cuidadoras. De igual manera, se considera que la invitación de diversos profesionales, podría favorecer en el interés constante de las cuidadoras en participar en las actividades organizadas en la institución. Entre los profesionales que podrían ser considerados, se sugiere el apoyo de: nutriólogos, abogados, médicos, enfermeras, psicólogos y trabajadores sociales, con la finalidad de impartir talleres, pláticas, semanas de trabajo o algunas sesiones referentes a algún tema en específico, que resulte de interés y utilidad para las asistentes.



## BIBLIOGRAFÍA

Aguilar M. y Ander-Egg, E. (1999). *Diagnóstico social conceptos y metodología*. Buenos Aires: Ed. Lumen.

Aguilasocho, Teresa. «Nuevo León concentra a más de siete mil personas con síndrome de Down». En Agencia de noticias del estado mexicano, [en línea]. <http://www.notimex.com.mx/acciones/verNota.php?clv=191285> (página consultada el día 16 abril de 2015).

Álvarez-Gayou, J. L. (2003) *Cómo hacer investigación cualitativa, fundamentos y metodología*. México: Ed. Paidós.

Ander-Egg, E. (2003). *Metodología del trabajo social*. México: Ed. Lumen.

Asociación Americana sobre Discapacidades intelectuales y del Desarrollo (aaidd) <http://aaidd.org> [en línea] (Página consultada el día 13 de octubre 2013).

Asociación de Down Monterrey <http://downmonterrey.mx> [en línea] (Página consultada el día 13 de noviembre 2013).

Barrera, L., C. Blanco, I Figueroa, N. Pinto y B. Sánchez (2006). Habilidad de cuidadores familiares de personas con enfermedad crónica. *Aquichan*. 6 (1). Octubre 2006,.22-33.

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación educativa*, 21(1). 2003.7-43.

Briones, G. (1991). *Evaluación de programas sociales*. México: Ed. Trillas

Bustingorry, S., F. Ibáñez, y I. Sánchez. (2006). Investigación cualitativa en educación hacia la generación de teoría a través del proceso analítico. *Estudios Pedagógicos XXXII*, 32(1). 2006. 119-133.

Cohen, E. y R. Franco (1992). *Evaluación de proyectos sociales*. México: Ed. Siglo XXI.

Consejo Nacional del Fomento Educativo <http://www.conafe.gob.mx/> [en línea] (Página consultada el día 14 de noviembre 2013).

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos 2015 [en línea] <http://www.ordenjuridico.gob.mx/> (Página consultada el día 1 de mayo 2014).

Chelis, M. (2005). *Psicología de la emoción, el proceso emocional*. España: Universidad de Valencia.

Declaración universal de los derechos humanos 2015. [En línea] <http://www.un.org> (Pagina consultada el día 5 mayo 2014).

De Diego I., A. Serrano, C. Conde y E. Cabello (2006). Técnicas de reconocimiento automático de emociones. *Revista Electrónica Teoría de la Educación*, 7(2). Diciembre, 2006. 107-112.

Down España (2009). Primera noticia: necesidad de legislar. *Revista de la Federación Española del Síndrome de Down*. N° 42. Septiembre, 2009-26-27.

Down Monterrey <http://downmonterrey.mx> [en línea] (Página consultada el día 13 de noviembre 2013).

Espina, A. y M. Ortego (2003). *Discapacidades físicas y sensoriales*. Madrid: CCS

Fantova, F (2000). Trabajar con las familias de las personas con discapacidades. *Revista siglo cero*.31 (6). Noviembre, 2000. 33-49.

Flick, U. (2007). *Introducción a la investigación cualitativa*. Madrid: Ed.Morata

Flórez, J. (2012). Actitudes y mentalidades de la sociedad ante el síndrome de Down. *Investigación DCHA: Down*. N° 29. Junio, 2012. 65-69.

Flores, K., A. Garduño, y R. Garza (2013). El nacimiento de un niño con Síndrome de Down. El impacto de la primera entrevista con los padres. *Acta Pediat Mex*. N° 35. 2014. 3-6.

Fundación Down España <http://www.sindromedown.net/> [en línea] (Página consultada el día 13 de octubre 2013).

Fundación John Langdon <http://www.fjldown.org.mx/> [en línea] (Página consultada el día 14 de noviembre 2013).

Galeote, M., Checa, E., Serrano, A., Rey, R. (2004) *Revista Síndrome de Down*. N°21. 114-121.

Galindo, A. (2003). *Inteligencia emocional para jóvenes*. España: Ed. Pearson.

García, J. (2012) *Elaboración de Proyectos de Desarrollo para Organizaciones de la sociedad Civil*. Nuevo León: Secretaria de Desarrollo Social.

García, L., J. Ania, J. Alés, y C. Junquera (2004). *Enfermedades del consorcio sanitario de Tenerife*. España: Ed. ad.

Giménez, S. (2013) Educación emocional de los docentes. *Revista internacional de audición y lenguaje, logopedia, apoyo a la integración y multiculturalidad (RIALAIM)*, 2(3). Marzo, 2013. 61-67.

Goleman, D (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Ed. Kairos.

Griede, E. L. Speelman y E. Jansveld (2011) *Manejo de las emociones*. War Child: Holanda

Hodapp, R. (2008). Familias de las personas con síndrome de Down: perspectivas, hallazgos, investigación y necesidades. Familias de las personas con síndrome de Down: perspectivas, hallazgos, investigación y necesidades. *Revista Síndrome de Down*. N°25. Marzo, 2008. 17-29.

Huiracocha, L., Alameida, C. A., Huiracocha, K., Arteaga, A., Barahona, P., Arteaga, J., y Quezada, J. (2013). Explorando los sentimientos de los padres, la familia y la sociedad a las personas con Síndrome de Down: estudio observacional. *Revista científica Maskana*. 4(2). Diciembre, 2013. 47-57.

INEGI [www.inegi.org.mx](http://www.inegi.org.mx) [en línea] (Página consultada el día 2 de noviembre 2013).

Molina, A. y E. Uslar (2002). *Mi hijo tienen Síndrome de Down. Alternativas de comunicación para necesidades especiales*. Ed. AC.

Mohammad, N. (2005) *Metodología de la investigación*. México: Ed. Limusa Noriega.

Moix, M. (2006). *Teoría del Trabajo social*. Madrid: Ed. Síntesis.

Nieto, M. y A. Recaman (2010). *Investigación y evaluación educativa en la sociedad del conocimiento*. España: Universidad de Salamanca.

Nirenberg, O., J. Bratuermun y V. Ruiz (2000). *Evaluar para la transformación: innovaciones en la evaluación de programas y proyectos sociales*. Buenos Aires: Paidós

Nirenberg, O. (2006) *Participación de Adolescentes en proyectos sociales*. Buenos Aires: Ed. Paidós.

OMS <http://www.who.int> [en línea] (Página consultada el día 2 de noviembre 2013).

Ortegón, E., J. Pacheco y A. Prieto (2005). *Metodología del marco lógico para la planificación, el seguimiento y la evaluación de proyectos y programas*. Santiago de Chile: CEPAL.

Payne, M. (1995) *Teorías contemporáneas del trabajo social*. Madrid: Ed. Paidós.

Perera, Jesús. «En ocasiones, los padres viven demasiado dedicados al hijo con síndrome de Down, sin prestar la debida atención a las necesidades de los demás hijos». <http://www.asnimo.com/sindrome.html> [en línea] (Página consultada el día 10 de febrero 2015).

Picado, M. (1993). *Visión mundial internacional: La evaluación*. San José, Costa Rica.

Plan Estatal de Desarrollo 2010-2015, [en línea] <http://www.ni.gob.mx/> (Página consultada el día 1 de marzo 2014).

Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018, [en línea] <http://pnd.gob.mx/> (Página consultada el día 1 de mayo 2014).

Povee, K., L. Roberts, J. Bourke y H. Leonard (2012). El funcionamiento familiar en las familias con un hijo con síndrome de Down: un enfoque de métodos múltiples. *Revista Síndrome de Down*, N° 30. 2013. 36-39.

Protocolo adicional a la convención americana sobre derechos humanos en materia de derechos económicos, sociales y culturales "*protocolo de San Salvador*" [en línea] <http://www.oas.org/> (Página consultada el día 2 de mayo 2014).

Real Academia Española. (2015) [en línea] <http://www.rae.es/> (Página consultada el día 2 de junio 2015).

Romero, C. (2005). La categorización un aspecto crucial en la investigación cualitativa. *Investigaciones Cesmag*, N° 11. 113-118.

Ruiz, E. (2004). Programa de educación emocional para niños y jóvenes con síndrome de Down. *Revista Síndrome de Down*, N° 21. 2014. 84-93.

Lafarga, J. (2013) *Desarrollo Humano, El crecimiento personal*. México: Ed. Trillas.

López, R. (2009). Madres pioneras. *Revista Síndrome de Down*. N° 27(11). Junio, 2010. 77-79.

Silvestre, N., M. Solé, M. Pérez, y M. Jodar (1996). *Psicología evolutiva. Adolescencia, edad adulta y vejez*. Barcelona: Ed. Ceac.

Toro, I. y R. Parra (2006). *Método y conocimiento, metodología de la investigación*. Medellín: Fondo editorial universidad EART.

Venegas, B. (2006). Habilidad del cuidador y funcionalidad de la persona cuidada. *Revista Aquichan*. 6(1), Octubre, 2006. 137-147.

Viscarret, J. (2011). *Modelos y métodos de intervención en Trabajo Social*. Madrid: Ed. Alianza.

\_\_\_\_\_ (2009) *Fundamentos del Trabajo Social*. Madrid: Ed. Alianza.

Vivas, M., D. Gallego y B. González (2007). *Educación de las emociones*. Venezuela: Producciones editoriales.

Weiss, C. (2008). *Investigación evaluativa: Métodos para determinar la eficiencia de los programas de acción*. México: Ed. Trillas.

## ANEXOS

### Anexo 1

#### Anexo 1.1 Instrumento diagnóstico

##### INSTITUTO DOWN DE MONTERREY, A.B.P

- ❖ *Instrumento dirigido a padres de familia o cuidadores de los alumnos del Instituto Down de Monterrey.*
- ❖ *La información recopilada mediante esta encuesta, será manejada de manera confidencial.*

**Instrucciones:** Lea atentamente las preguntas y conteste cada una de ellas tomando en cuenta las indicaciones, **seleccione y subraye** la respuesta que considere más apropiada, **en algunos casos se le solicitará que elija más de una respuesta.**

#### ➤ DATOS PERSONALES

##### 1- Sexo

- a. Masculino                      b. Femenino

##### 2- Tipo de parentesco que tiene con la persona con Síndrome de Down \_\_\_\_\_

##### 3-Edad \_\_\_\_\_

##### 4-Estado civil

- a. Soltero(a)              b. Casado(a)              c. Unión libre              d. Divorciado(a)              e. Viudo(a)

##### 5-Escolaridad

- a. No tiene estudios    b. Primaria    c. Primaria trunca    d. Secundaria    e. Secundaria trunca  
f. Carrera técnica    g. Carrera técnica trunca    h. Preparatoria    i. Preparatoria trunca  
j. Licenciatura/ingeniería    k. Licenciatura/ingeniería trunca    l. Otra \_\_\_\_\_

##### 6-¿Qué edad tiene el niño(a) que forma parte del alumnado del Instituto? \_\_\_\_\_

##### 7-¿Cuánto tiempo tiene de formar parte del Instituto Down de Monterrey? \_\_\_\_\_

#### ➤ SITUACIÓN LABORAL

##### 8- ¿Cuál es su situación laboral actual?

- a. Trabaja    b. No trabaja

##### 9- De encontrarse trabajando, ¿cuántas horas al día trabaja? (si no trabaja actualmente, favor de pasar a la pregunta 10)

- a-12 horas    b- 8 horas    c- 6 horas    d-4 horas    e- Menos de 4 horas

##### 10- ¿Cuántos días a la semana trabaja?

- a- 6 días    b- 5 días    c-4 días    d- 3 días entre la semana  
e- viernes, sábado y domingo    f-sábado y domingo

##### 11-¿Cuántas personas trabajan en su familia?

- a- Sólo usted              b- Solo su pareja              c- Usted y su pareja  
d- Su pareja, usted y algunos hijos              e- Otros \_\_\_\_\_

##### 12-¿Sus necesidades económicas aumentaron al tener un hijo con Síndrome de Down?

- a-Sí, ¿por qué? \_\_\_\_\_  
b-No, ¿por qué? \_\_\_\_\_

##### 13-¿Se ha visto en la necesidad de abandonar su trabajo, a causa de la condición de su hijo(a)?

- a-Sí, ¿por qué? \_\_\_\_\_  
 b-No, ¿por qué? \_\_\_\_\_

➤ **TRAYECTO (DOMICILIO-INSTITUTO)**

**14-¿En qué municipio vive??**

- a- Guadalupe      b- Monterrey      c-Juárez      d- Apocada      e-Escobedo  
 f-San Nicolás      g- Santa Catarina      h-San Pedro      i- Otro \_\_\_\_\_

**15-¿Cuánto tiempo tarda en el traslado a esta institución?**

- a-Menos de 30 min   b-30 min   c-45 min   d-1 hora   e-1 hora y media   f-Otra \_\_\_\_\_

**16-¿Cuál es su medio de transporte?**

- a-Caminar   b-Bicicleta   c- Taxi   d-Camión   e-Automóvil propio   f- Otro \_\_\_\_\_

➤ **INTERACCIÓN CON EL INSTITUTO**

**17-¿Con que frecuencia participa en actividades organizadas por el Instituto? (juntas para padres, entrega de calificaciones, talleres para padres, etc.)**

- a. Siempre      b.Casi siempre      c. A veces      d. Rara vez      e. Nunca

**18-¿Considera que dentro del Instituto se ha dado un espacio para que los padres de familia y/o cuidadores de los niños convivan entre si y compartan experiencias?**

- a. Sí ¿por qué? \_\_\_\_\_  
 b. No, ¿por qué? \_\_\_\_\_  
 c. No lo sé

**19-¿Cree que es importante que se tenga un espacio donde los padres de familia y/o cuidadores puedan convivir, compartir puntos de vista y conocer nuevas temáticas?**

- a. Sí, ¿por qué? \_\_\_\_\_  
 b. No, ¿por qué? \_\_\_\_\_  
 c. No lo sé

**20-En dado caso de que se abriera o ampliara este espacio para padres y/o cuidadores dentro del instituto, ¿estaría interesado(a) en participar?**

- a. Sí, ¿por qué? \_\_\_\_\_  
 b. No, ¿por qué? \_\_\_\_\_  
 c. Depende, ¿de qué? \_\_\_\_\_  
 d. No lo sé

**21-De ser afirmativa su respuesta, ¿qué día de la semana sería más apropiado para usted?**

- a. Lunes      b. Martes      c. Miércoles      d. Jueves      e. Viernes      f. Sábado

**22-¿En qué horario sería más conveniente para usted?**

- a. A la hora de entrada de los niños   b. 9:00 a.m.   c. 10:00 a.m.   d. 11:00 a.m.   e. 12:00 a.m.  
 f. Hora de salida de los niños   g. Todas las anteriores   h. Ninguna de las anteriores   i. Otra \_\_\_\_\_

➤ **PASATIEMPOS**

*Seleccione y subraye la opción que le parezca más conveniente.*

**23-Después de dejar al niño(a) en el instituto, ¿qué actividad realiza usualmente?**(si usted no es el encargado de esta actividad, pase a la siguiente pregunta)

- a. Regresar a casa      b. Ir de compras      c. Tomar alguna clase      d. Visitar familiares  
e. Trabajar      f. Esperar en el Instituto a que el(la) niño(a) salga      g. actividades deportivas  
h. Otra \_\_\_\_\_

**24-¿Qué actividad le gusta realizar en sus tiempos libres?**

- a. Ver televisión      b. Leer      c. Asistir a alguna clase      d. Visitar familiares      e. Salir de paseo  
f. Dormir      g. Asistir a la iglesia      h. Actividades deportivas      i. Otra \_\_\_\_\_

**25-¿Qué actividades le gustaría realizar y no lo hace por falta de tiempo?**

- a. Pasear en el campo      b. Ver una película      c. Estar tranquilamente en algún lugar  
d. Leer un tema de su interés      e. Pertenecer a un grupo de su interés      f. Actividades deportivas      g. Todas las anteriores      h. Otra \_\_\_\_\_

**26-Del siguiente listado, por favor elija 3 temas que le gustaría conocer o profundizar más.**

- a. Referentes al Síndrome Down  
b. Referentes a la superación personal  
c. Referente a la salud y nutrición  
d. Referentes al conocimiento de sí mismo  
e. Referentes al manejo del estrés  
f. Relacionadas al cuidado y atención de las personas con Síndrome Down  
g. Encaminadas a la unión familiar  
h. Referentes al Desarrollo humano  
i. Otros \_\_\_\_\_

➤ **PERCEPCIONES DE LAS PERSONAS QUE CONVIVEN CON EL NIÑO**

**27-Del siguiente listado, elija y subraye las afirmaciones con las que más se identifique:**

- a. Me siento capaz de guiar a un niño(a) con Síndrome de Down en sus actividades escolares  
b. Siento que no estoy capacitado para estar con un niño(a) con Síndrome de Down  
c. Considero que tengo cualidades que pueden ayudar al desarrollo de un niño(a) con Síndrome de Down  
d. Considero que no sé cómo tratar a un niño(a) con Síndrome de Down  
e. Me siento impotente porque no sé cómo apoyar a un niño con Síndrome de Down  
f. Creo que soy importante en el proceso de desarrollo de un niño(a) con Síndrome de Down  
g. Pienso que no contribuyo en el proceso de desarrollo de un niño con Síndrome de Down  
h. Creo que tengo habilidades que pueden ayudar al desarrollo de un niño(a) con síndrome de Down  
i. Considero que la actitud que tomo ante la vida, influye en el desarrollo del niño(a) con Síndrome de Down

- j. Considero que puedo mejorar las condiciones de vida de un niño(a) con Síndrome de Down

➤ **EMOCIONES**

*Identifique con qué frecuencia siente lo que se le indica y subraye una opción:*

**28-Me siento bien conmigo mismo(a)**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**29-Me siento capaz de realizar lo que me proponga**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**30-Considero que soy una persona valiosa e importante**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**31-Acostumbro expresar mis emociones**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**32-Me siento tranquilo(a)**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**33-Me siento alegre, contento(a), entusiasmado(a)**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**34-Me siento triste**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**35-Tengo miedo, temor, angustia**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**36-Me siento solo (a), desamparado (a), desanimado (a).**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**37-Me siento culpable**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**38-Siento enojo, rabia, frustración**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**39-Me siento preocupado**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**40-Me siento desesperado**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

**41-Siento estrés**

- a. Nunca      b. Algunas veces      c. Siempre      d. Casi siempre

➤ Si usted experimenta estrés, de la siguiente lista elija **3 opciones** con las que se sienta más identificado

**42-Cuando me siento estresado(a):**

- |                         |                            |                                |                                       |
|-------------------------|----------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|
| a. Llora                | b. Estoy ansioso           | c. Salgo a caminar             | d. Platico con alguien de mi elección |
| e. Duermo               | f. Estoy irritable         | g. Tomo un baño                | h. Prefiero callar por algún tiempo   |
| i. Medito               | j. Hago ejercicio          | k. Escucho música de mi agrado | l. Grito a las personas que me rodean |
| m. Busco tranquilizarme | n. Busco estar en silencio | o. Me alejo de las personas    | p. No puedo tranquilizarme            |



- q. No puedo cumplir con mis actividades diarias    r. Siento malestares físicos    s. La gente me desespera    t. Aviento cosas

**43-¿Alguna vez ha necesitado de algún tipo de apoyo psicológico?**

a- Sí, ¿por qué? \_\_\_\_\_

b-No, ¿por qué? \_\_\_\_\_

❖ **SECCIÓN PARA PADRES**

➤ **ESTRUCTURA FAMILIAR**

**44-¿Cuántas personas viven en su domicilio?** \_\_\_\_\_

**45-Del siguiente listado, indique las personas que viven con usted**

a-Pareja

b-Hijo(s), ¿número? \_\_\_\_\_

c-Padres

d-Suegros

e-Cuñados

f-Hermanos

➤ **PADRES E HIJOS CON SÍNDROME DE DOWN**

**46-¿Cuándo se enteró que su hijo tenía Síndrome de Down?**

a-Durante el embarazo    b-Al momento del nacimiento    c- Después de días de nacido

d- Otro \_\_\_\_\_

**47-¿Usted tiene algún otro familiar que tenga Síndrome de Down?**

a. Sí    b. No    c. No sabe

**48-De haber contestado de manera afirmativa la pregunta anterior, ¿qué familiar tiene Síndrome de Down?**

a. Tío(a)    b. Hermano(a)    c. Primo(a)    d. Sobrino(a)    e. Otro hijo(a)    f. Otro \_\_\_\_\_

**49-De la siguiente lista, elija las emociones que experimento, al conocer que su hijo tenía Síndrome de Down:**

a. Alegría

b. Angustia

c. Impacto

d. Paz

e. Miedo

f. Negación

g. Tranquilidad

h. Enojo

i. Enfado

j. Aceptación

k. Rabia

l. Tristeza

m. Amor

n. Frustración

o. Culpa

p. Esperanza

q. Soledad

r. Negación

s. Desesperación

t. Desanimo

u. Estrés

**50- De la siguiente lista, elija las emociones que experimenta actualmente, al conocer la condición Down de su hijo:**

a. Alegría

b. Angustia

c. Impacto

d. Paz

e. Miedo

f. Negación

g. Tranquilidad

h. Enojo

i. Enfado

j. Aceptación

k. Rabia

l. Tristeza

m. Amor

n. Frustración

o. Culpa

- |                  |             |             |
|------------------|-------------|-------------|
| p. Esperanza     | q. Soledad  | r. Negación |
| s. Desesperación | t. Desanimo | u. Estrés   |

**En el siguiente apartado, de cada lista elija las opciones con las que más se sienta identificado.**

**51-Que mi hijo tenga Síndrome de Down me hace sentir:**

- a. Diferente al resto de los padres
- b. Aislado de mi familia
- c. Mas unido a mi familia
- d. Especial por vivir una situación diferente al resto de los padres
- e. Rechazado por mi familia
- f. Rechazado por la sociedad
- g. Estrés por no saber qué pasará
- h. Confusión al no saber qué hacer
- i. Igual que el resto de los padres
- j. Inferior al resto de los padres
- k. Superior al resto de los padres
- l. Aislado de la sociedad

**52-Como padre o madre de un niño(a) con Síndrome de Down considero que mi hijo(a):**

- a. Es igual a los demás
- b. Es diferente al resto de los niños
- c. Es igual a los demás niños
- d. Jamás será igual a los demás niños
- e. Es capaz de realizar lo que se proponga
- f. Posee las mismas capacidades y habilidades que el resto de los niños
- g. Necesita más apoyo que el resto de los niños, pero puede lograr lo que se proponga

**53-Siento que desde que nació mi hijo con Síndrome de Down:**

- a. Aumentó mi número de amistades
- b. Me alejé de mis amistades
- c. Permanecí con las mismas amistades
- d. Disminuyeron mis amistades
- e. Me considero diferente a mis amistades
- f. Ya no soy tan sociable como antes
- g. Soy más sociable
- h. Deje de participar en las convivencias que organizan mis amistades
- i. Me alejé de mis familiares
- j. La convivencia con mis familiares aumento
- k. Me siento diferente a mis familiares
- l. La convivencia con mis amistades aumento
- m. Mis familiares me excluyen me hacen a un lado
- n. Dejé de participar y asistir a las reuniones organizadas por mis familiares

**54-Las actividades que realizo con mi hijo(a) que tiene Síndrome Down son:**

- 1. Pasear en el parque

2. Apoyar en sus tareas
3. Llevarlo a la escuela
4. Actividades escolares
5. Actividades artísticas
6. Participar en eventos escolares
7. Participar en eventos culturales
8. Visitar familiares
9. Salir al cine
10. Ver televisión
11. Platicar
12. Jugar
13. Todas las anteriores

➤ Si usted tiene pareja, contesté las siguientes preguntas: *a partir de que nació su hijo(a) con Síndrome de Down, ¿cómo ha cambiado su relación de pareja? Elija la opción que mejor lo describa:*

**55-Considero que regularmente la relación con mi pareja es:**

- |             |               |         |            |         |
|-------------|---------------|---------|------------|---------|
| a-Excelente | b- Muy buena  | c-Buena | d- Regular | e- Mala |
| f- Muy mala | g- Otra _____ |         |            |         |

**56-Considero que regularmente la comunicación con mi pareja es:**

- |             |               |         |            |         |
|-------------|---------------|---------|------------|---------|
| a-Excelente | b- Muy buena  | c-Buena | d- Regular | e- Mala |
| f- Muy mala | g- Otra _____ |         |            |         |

**57-La relación con mi pareja se fortaleció**

- |         |             |         |          |
|---------|-------------|---------|----------|
| a. Nada | b. Muy poco | c. Poco | d. Mucho |
|---------|-------------|---------|----------|

**58-La relación con mi pareja se volvió indiferente (no muestra interés en la relación)**

- |         |             |         |          |
|---------|-------------|---------|----------|
| a. Nada | b. Muy poco | c. Poco | d. Mucho |
|---------|-------------|---------|----------|

**59-La relación con mi pareja se volvió frágil o débil**

- |         |             |         |          |
|---------|-------------|---------|----------|
| a. Nada | b. Muy poco | c. Poco | d. Mucho |
|---------|-------------|---------|----------|

**60-Considero que la relación con mi pareja se volvió tensa o difícil de llevar**

- |         |             |         |          |
|---------|-------------|---------|----------|
| a. Nada | b. Muy poco | c. Poco | d. Mucho |
|---------|-------------|---------|----------|

**61-Pienso que la relación con mi pareja desapareció o terminó por completo**

- |          |                  |            |                 |
|----------|------------------|------------|-----------------|
| a. Nunca | b. Algunas veces | c. Siempre | d. Casi siempre |
|----------|------------------|------------|-----------------|

**62-Cada vez que hablo con mi pareja siento que hablamos tranquilamente**

- |          |                  |            |                 |
|----------|------------------|------------|-----------------|
| a. Nunca | b. Algunas veces | c. Siempre | d. Casi siempre |
|----------|------------------|------------|-----------------|

**63-Cada vez que hablo con mi pareja siento que tenemos una conversación agradable**

- |          |                  |            |                 |
|----------|------------------|------------|-----------------|
| a. Nunca | b. Algunas veces | c. Siempre | d. Casi siempre |
|----------|------------------|------------|-----------------|

**64-Siento que cada vez que hablo con mi pareja discutimos**

- |          |                  |            |                 |
|----------|------------------|------------|-----------------|
| a. Nunca | b. Algunas veces | c. Siempre | d. Casi siempre |
|----------|------------------|------------|-----------------|

**65-Considero que pocas veces platico con mi pareja**

- |          |                  |            |                 |
|----------|------------------|------------|-----------------|
| a. Nunca | b. Algunas veces | c. Siempre | d. Casi siempre |
|----------|------------------|------------|-----------------|

**66-Siento que mi pareja no se presta para conversar**

- |          |                  |            |                 |
|----------|------------------|------------|-----------------|
| a. Nunca | b. Algunas veces | c. Siempre | d. Casi siempre |
|----------|------------------|------------|-----------------|

➤ Si usted tiene más hijos, contesté las siguientes preguntas: *a partir de que nació su hijo con Síndrome de Down, ¿cómo ha cambiado su relación con sus hijos que no tienen Síndrome de Down? Elija la opción que mejor lo describa:*

**67-Considero que la relación con mis hijos es:**

**a-Excelente                      b- Muy buena              c-Buena              d- Regular              e- Mala**  
**f- Muy mala                      g- Otra\_\_\_\_\_**

**68-Creo que cuando hablo con mis hijos, hablamos tranquilamente**

**a. Nunca              b. Algunas veces              c. Siempre              d.Casi siempre**

**69-Creo que las conversaciones con mis hijos son agradables**

**a. Nunca              b. Algunas veces              c. Siempre              d.Casi siempre**

**70-Pienso que mis hijos no se prestan para conversar**

**a. Nunca              b. Algunas veces              c. Siempre              d.Casi siempre**

**71-Considero que pocas veces platico con mis hijos**

**a. Nunca              b. Algunas veces              c. Siempre              d.Casi siempre**

**72-Creo que cada vez que hablo con mis hijos discutimos**

**a. Nunca              b. Algunas veces              c. Siempre              d.Casi siempre**

**73-Siento que descuido al resto de mis hijos por brindar más atención a mi hijo(a) que tiene Síndrome de Down**

**a. Nunca              b. Algunas veces              c. Siempre              d.Casi siempre**

**74-Siento que mis hijos se sienten desplazados por su hermano que tiene Síndrome de Down**

**a. Nunca              b. Algunas veces              c. Siempre              d.Casi siempre**

**75-Considero que le dedico menos tiempo al resto de mis hijos que a mi hijo con síndrome de Down**

**a. Nunca              b. Algunas veces              c. Siempre              d.Casi siempre**

**Sugerencias y/o comentarios**

---



---



---

**Gracias por su cooperación....  
 ¡Que tenga un excelente día!**

**Monterrey, Nuevo León a \_\_\_\_\_ del 2014**

**Actividades del proyecto de intervención social****Anexo 1. 2 Carta compromiso****CARTA COMPROMISO****INSTITUTO DOWN DE MONTERREY A.B.P****Av. Pío X 100 sur. Col. Pío X****Yo:** \_\_\_\_\_**Me comprometo a asistir al grupo de:** \_\_\_\_\_**Que se llevará a cabo los días:** \_\_\_\_\_**En el horario de:** \_\_\_\_\_**Durante las \_\_\_\_\_ sesiones que están programadas****Hoy día \_\_\_\_\_ del mes de \_\_\_\_\_ del año \_\_\_\_\_.**

\_\_\_\_\_

**Firma**

### Anexo 1.3

#### Consentimiento informado



**Universidad Autónoma de Nuevo León**  
**Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano**  
**Maestría en Trabajo Social con orientación en Proyectos Sociales**



#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de este documento es proporcionar la información necesaria para que usted pueda tomar libremente la decisión de participar en el proyecto de intervención social, encaminado al, Desarrollo Humano, enfocado a la “identificación, expresión y manejo de emociones y sentimientos” mencionado proyecto tiene como responsable a la **Lic. María Teresa Galván Garza**. Además de lo mencionado se informa que la intervención tendrá una duración de 10 sesiones, de una hora y treinta minutos cada una. El objetivo del proyecto es: “Generar un espacio de expresión y reflexión, en el cual los cuidadores de personas con Síndrome de Down, expresen y reconozcan sus emociones, con la finalidad de aumentar sus relaciones interpersonales y con la familia misma, en pro de la persona con SD, a través de técnicas artísticas y de desarrollo humano que faciliten el autorreconocimiento y expresión de emociones . “

Está intervención forma parte de la *Maestría en Trabajo Social con orientación en Proyectos Sociales*, que es desarrollada en el Posgrado de la Facultad de Trabajo Social y Desarrollo Humano de la Universidad Autónoma de Nuevo León.

Si desea participar en este proyecto, se le informa que se llevarán a cabo las siguientes actividades:

- Toma de fotografías de las sesiones que se lleven a cabo.
- Análisis de los materiales trabajados en las sesiones.

A lo mencionado, yo \_\_\_\_\_ respondo qué:

- Entiendo que el consentimiento de información es requerido para todos(as) los(as) participantes del taller.
- Que los procedimientos principales y alternativas de este proyecto se me han explicado en un lenguaje claro que yo pueda entender.
- Que los beneficios que se esperan obtener también se me han explicado.
- Así mismo, se me ha hecho saber que mi participación en este taller es voluntaria y que yo podría retirarme en cualquier momento durante la intervención sin ningún problema o consecuencia.
- Es de mi conocimiento que toda la información obtenida en las diversas sesiones será absolutamente confidencial; que no aparecerá mi nombre, ni datos personales, además

accedo a la publicación de documentos académicos, siempre y cuando no sea identificado mi nombre.

- Adicionalmente se me ha comunicado que para responder a cualquier pregunta o duda antes, durante o después de la intervención, me puedo contactar con la **Lic. María Teresa Galván Garza** al correo [teresagalvan@hotmail.es](mailto:teresagalvan@hotmail.es), así como al teléfono (044) 8116869400

He leído el documento, entiendo las declaraciones contenidas en él y la necesidad de hacer constar mi consentimiento, para lo cual lo firmo libre y voluntariamente, recibiendo en el acto copia de este documento ya firmado.

He consentido participar en el proyecto de intervención social, encaminado al Desarrollo Humano, enfocado a la “identificación, expresión y manejo de emociones y sentimientos”, así mismo autorizo a la Lic. **María Teresa Galván Garza**, responsable y/o a quienes se designe como colaboradores directos, para realizar las actividades descritas por el proyecto de intervención.

**Fecha:**..... /..... /.....

**Hora:**.....

**Responsable:** Lic. María Teresa Galván Garza.....

**Nombre y firma del Participante:** \_\_\_\_\_

**ANEXO 1.4****Encuesta de satisfacción y recolección de información referente al tema.**

**Instrucciones:** Seleccione la respuesta que considere más conveniente.

**1-¿Cómo considera que es el lugar donde se impartió el taller el día de hoy?**

1. Excelente      2. Muy bueno      3. Bueno      4. Regular      5. Malo

**2-¿Le gustaron las técnicas y dinámicas que se realizaron el día de hoy?**

1. Sí      2. No

¿Por qué? \_\_\_\_\_

**3El tema que se trabajó el día de hoy es importante para mi vida diaria porque:**

1-Me ayuda a identificar lo que siento

2-Sí identifico lo que siento, las relaciones con los demás pueden mejorar.

3-Me permite conocerme un poco más.

4. Otra \_\_\_\_\_

**4- ¿Le pareció complicado identificar su garabato con algún sentimiento o emoción?**

1. Sí      2.No

¿Por qué? \_\_\_\_\_

**5-¿Para usted qué es una emoción?\_\_\_\_\_**



**Anexo 1.5**

**Instrucciones:** *Conteste las siguientes preguntas tomando en cuenta lo que sintió al realizar la dinámica “Exploración del color”.*

**1-¿Qué emociones y sentimientos expresó en su cartulina?**

---

---

---

---

**2-Al estar realizando esta actividad, ¿cómo se sintió?**

---

---

---

**3-En este momento, ¿qué emociones o sentimientos siente o experimenta?**

---

---

---

**Anexo 1.6**

**Instrucciones:** *Conteste las siguientes preguntas, tomando en cuenta lo que sintió al realizar la dinámica “Exploración de la textura”.*

**1-¿Qué emoción plasmó en su cascarón de huevo?**

---

---

---

**2-¿Cómo se sintió al estar realizando esta actividad?**

---

---

---

**3-En este momento, ¿cómo se siente?**

---

---

---

---

**Anexo 1.6****Nombre de la técnica: Mensaje YO (“yo me siento”)**

**Instrucciones:** *Complete las siguientes oraciones tomando en cuenta el sentimiento que la oración indique.*

**1-Yo me siento feliz cuando:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**2-Yo me siento preocupada cuando:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**3-Yo me siento triste cuando:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**4-Yo me siento tranquila cuando:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**5-Yo me siento estresada cuando:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**6-Yo me siento emocionada cuando:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**7-Yo me siento frustrada cuando** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**8-Yo me siento amada cuando:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**9-Yo me siento enojada cuando:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**10-Yo me siento rechazada cuando:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Anexo 1.7**

**Instrucciones:** *Conteste las siguientes preguntas, tomando en cuenta la importancia que tiene para usted la expresión de lo que siente en su vida diaria.*

**1-¿Por qué considero que es importante que exprese lo que siento?**

---



---



---

**2-¿De qué me di cuenta al momento de estar realizando la técnica “mensaje yo”?**

---



---



---

**3-¿Creo que expresar lo que siento me sirve para mejorar las relaciones que tengo con las personas que me rodean?**

Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_

**¿Por qué?**\_\_\_\_\_

---

**4-La técnica “mensaje yo” que se realizó en esta sesión, ¿para qué me puede ayudar en mi vida diaria?**

---



---

**5-El tema, técnica y dinámicas del día de hoy me parecieron... (Seleccione una opción).**

**1. Excelentes    2.Muy buenas    3. Buenas    4.Malas    5.Muy malas**

**Gracias por su participación**

**Anexo 1.8****Nombre de la técnica: Círculos de Aprendizaje Interpersonal**

**Instrucciones:** Conteste las siguientes preguntas de acuerdo a su experiencia en la técnica realizada.

**1. ¿Cómo le pareció la técnica desarrollada el día de hoy?**

1. Excelente    2. Muy buena    3. Buena    4. Regular    5. Mala    6. Muy mala

**2. ¿Le fue difícil recordar un momento para compartir en el Círculo de Aprendizaje Interpersonal?**

1. Sí \_\_\_\_\_ 2. No \_\_\_\_\_

¿Por qué? \_\_\_\_\_

**3. ¿Qué aprendió de la técnica que se realizó el día de hoy?**

---



---



---

**4. Dependiendo de su punto de vista elija una o varias de las siguientes respuestas.**

**¿Para qué le ayudo la técnica que se trabajó el día de hoy?**

1-Recordar cosas que ya había olvidado.

2-Expresar situaciones que no había tenido la oportunidad de compartir con alguien más.

3-Darse cuenta de las situaciones por las que pasan los demás miembros del grupo.

4-Ejercitar mi capacidad de escuchar y poner atención a los demás.

5-Identificar y expresar la emoción y/o sentimiento que he experimentado en otras situaciones de mi vida.

**5 Seleccione la o las emociones que experimentó al estar desarrollando la técnica.**

1. Alegría	2. Miedo	3. Nerviosismo	4. Paz
5. Ilusión	6. Estrés	7. Rechazo	8. Enojo
9. Molestia	10. Desesperación	11. Desilusión	12. Indiferencia
13. Frustración	14. Vergüenza	15. Amor	16. Valentía

Otra: \_\_\_\_\_



**Anexo 1.10****Actividad: “Redacción de emociones”**

**1. ¿Cómo me sentí al escribir la carta?**

---

---

---

**2. ¿Cómo me sentí después de escribir la carta?**

---

---

---

**3. ¿Fue difícil identificar la emoción que quería expresar? ¿Por qué?**

---

---

**4. ¿Había utilizado esta técnica antes?**

---

---

**5. ¿Cree que repetiría este ejercicio? ¿Por qué?**

---

---

## Anexo 1.11

### Encuesta de satisfacción

**Instrucciones:** De acuerdo a su opinión sobre el taller de “Desarrollo Humano”, califique del 1 al 10, circulando la calificación.

Contenido del taller	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Temas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dinámicas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Expositor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Materiales utilizados	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Lugar de trabajo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Horario de trabajo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Forma en que se trabajó	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

**Instrucciones:** Coloque una “X” e Indique el nivel de satisfacción que tiene ante cada situación

	Alta	Media	Baja
Utilidad de los temas vistos en el taller, para mi vida diaria			
Utilidad de las técnicas trabajadas, para la identificación de emociones y sentimientos			
Utilidad de las técnicas trabajadas para la expresión de emociones y sentimientos			
Utilidad de las técnicas trabajadas para el manejo de emociones y sentimientos			
Forma en que el facilitador trabajó con el grupo			
Manera en que el facilitador hacía llegar la información a los miembros del grupo			
Forma en que se llevaba a cabo la dinámica grupal			
Participación del grupo en los temas, técnicas y dinámicas			

Del 1 al 10, seleccione la calificación global que le daría al taller \_\_\_\_\_



**Anexo 1.12****Encuesta de opinión**

**1. ¿Cómo calificaría el taller?**

**1-Excelente   2-Muy bueno   3-Bueno   4-Regular   5-Malo   6-Muy malo**

**3. ¿Qué fue lo que más me gustó del taller?**

---

---

---

**4. ¿Qué fue lo que menos me gustó del taller?**

---

---

**4-¿Me gustaría que se siguieran realizando talleres para los padres de familia?**

**1. Sí\_\_   2.No\_\_ ¿Por qué?\_\_\_\_\_**

**5. ¿Qué temáticas me gustaría que se continuaran trabajando?**

---

**6-¿Qué recomendaciones haría para próximos talleres?**

---

---

**Gracias por su participación...**

## ANEXO 2

### Análisis de datos

#### Anexo 2.1

<p style="text-align: center;"><b>Participante 2</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Asistencia: 9 sesiones</b></p>
---

Durante las sesión 3, la participante expresó las emociones de *“Duelo, tristeza, Dolor, esperanza”*. En relación a esto comparte de manera verbal y escrita lo siguiente: *“Me sentí identificando con los colores y encontré lo que siento y a veces no lo puedo expresar”*. Respecto a las emociones que reconoció al terminar con la actividad, expresa de manera escrita: *“Comprendí lo que siento y lo importancia que tienen mis hijos para superar mi dolor de una pérdida”*

En la sesión 4, expresa de manera escrita, las emociones que plasmó en su trabajo manual, entre las cuales se encuentran: “Amor, Optimismo, Ternura, Esperanza, Paz” refiere que al estar realizando la actividad se sintió *“Feliz y complacida”*, de igual manera compartió que después de haber realizado su trabajo se encontró *“Muy feliz y realizada”*

Posteriormente en la sesión 5, la participante reconoce, de manera verbal y escrita, el estado en que llega al grupo, a través de un dibujo, en el cual manifiesta sentirse *“Estresada y confundida”*. Continuando con las actividades del día, reconoce y expresa de manera verbal y escrita las situaciones que le generan las emociones vistas en la sesión, eligiendo 5 de ellas para compartirlas:

Yo me siento feliz cuando: platico con mis hijas, hijo y esposo y hacemos planes  
 Yo me siento triste cuando: extraño a mi Mamá  
 Yo me siento emocionada cuando: vamos a salir todos de viaje  
 Yo me siento amada cuando: llega mi esposo a la casa  
 Yo me siento enojada cuando: veo injusticias

Por otra parte en la sesión 6 se trabajó la expresión verbal de una situación que le haya producido enojo a la participante, en la cual con la ayuda de lo registrado en el diario de campo del día, se puede referir que compartió su enojo hacia el novio de su hija debido a que ella ve que la manipulan y la hace sufrir y, le enfada mucho el hecho de que el comportamiento de su hija esté cambiando por esa persona. Además refiere que le genera enojo e impotencia que su hija no escuche sus consejos.

En la sesión 7, se continuó con la expresión del enojo, donde expresa de manera escrita que lo expresa *“Llorando y Guardando silencio”*, de igual manera, pero además de forma verbal, expresa una situación que le ha generado enojo, reconoce que se siente enojada *“con 2 personas que no logro entender”*:

Me enoja una persona con la que convivo a diario que es mentirosa, manipuladora y tiene ética profesional. Me enoja que haga menos a sus estudiantes por estar obsesionada solo por una estudiante y hasta altar le quiere poner

La participante no asistió a la sesión 8, y en relación a la 9, a través de la redacción de su carta, primeramente dirigida a su esposo, expresa las siguientes emociones: *“Soy inmensamente feliz a tu lado me he realizado como mujer, madre y esposa... Te amo mi compañerito”* en la segunda carta que decidió redactar se refiere a su familia, manifestando lo siguiente: *“me da miedo comentarles porque se como va a ser su reacción... Me da mucho sentimiento, impotencia, coraje que ustedes y sus hijos no tengan ni siquiera un momento para mi papa”*.

La participante expresa que al estar redactando sus cartas: *“Descanse un poco porque todo esto y más es lo que quisiera expresarles este fin de semana la pase mejor ya que saque mucha frustración dentro de mí”* y que al momento de escribirla se sintió *“Mejor, mucho mejor Relajada y pensando en la oportunidad tan grande que me da Dios de cuidar a mi papá y acompañarlo en esta nueva etapa de su vida”*

## Anexo 2.2

### Participante 3

#### Asistencia: 9 sesiones

En la sesión N° 3 la participante comunicó de manera escrita las emociones que plasmó con ayuda de las pinturas y material otorgado, en este caso refiere que fue *“Amor, porque va creciendo como la hierva mas y mas y cada vez mas alegría y paz interior”*. De igual forma comparte de manera escrita, que al estar desarrollando la actividad se sintió *“Contenta porque pintar es mi hoby, me gusta demasiado pintar”*. De igual manera, reconoce y expresa lo siguiente *“tengo la esperanza y certeza de que si le hechamos muchas ganas se puede realizar lo que queremos”*.

Durante la sesión 4, ella expresa de manera escrita que la emoción que plasmó con el material brindado fue *“Preocupación”* y respecto al periodo en el que realizó la actividad, refiere: *“me sentí relajada, y creativa”* seguido a esto manifiesta que al término de la actividad se consideró: *“un poco mas tranquila, me relaja la actividad”*.

La participante 3, no tuvo asistencia a la sesión 5, y en relación a la 6 que tenía como tema central la expresión de una situación que le haya generado enojo, se puede mencionar, que con base en lo registrado en el diario de campo del día, el suceso que se compartió de manera verbal frente al grupo fue en una ocasión que la chocaron, y que del coraje y preocupación que sintió por el hecho de llevar a sus hijos con ella, se desmayó en el momento.

En el transcurso de la sesión 7, se continuó trabajando con la expresión del enojo, y en ella la participante reconoció de manera escrita que expresa su enojo *“Gritando”*, a la vez también expresa una situación que le ha producido esta emoción. *“Estoy actualmente pasando por un divorcio y eso me enoja realmente por no poder mantener un compromiso hecho para toda la vida”*. Además manifiesta que se encuentra enojada *“con mi todavía “esposo”*.

Por su parte, en la sesión 8 se trabajó con la expresión escrita de las emociones, en este caso la participante mencionó: *“Me sentí tranquila al recordar esos momentos de miedo cuando mi hijo se me enfermaba...descubri que lo amo tanto y que quiero verlo siempre sano aunque siento que a veces todo el tiempo se lo dedica a él”*.

Para finalizar con las sesiones, la participante redactó una carta que fue dirigida según lo que refiere: *“al verdadero amor de mi vida”*, concerniente a cómo se sintió al estar escribiendo la carta comparte: *“con mucha inquietud, porque solo asi me atrevo a hablar de mis sentimientos, asia el”* En relación a como se encontraba después de realizar la carta manifestó *“Con muchas ganas de verlo, mi corazón realmente lo necesita”*.

**Anexo 2.3****Participante 4****Asistencia: 8 sesiones**

Durante la sesión 3, la participante expresó con ayuda de las pinturas y las cartulinas lo siguiente *“Esperanza en algunos problemas, algunos enojos y buscar soluciones”* refiere que al estar realizando la actividad se consintió: “bien pensar como tratar de acomodar” y al finalizar, comparte de manera escrita que experimentó *“tranquilidad”*.

La participante 3, no acudió a las sesiones 4 y 5. En relación a la sesión 6, referente a la expresión verbal de una situación que generó enojo, solo se limitó a escuchar las participaciones de las demás participantes. Continuando con la sesión 7, reconoce que expresa su enojo de la siguiente manera: *“ignorando a la persona y no hacerle caso”* y manifiesta que se siente enojada con: *“mis vecinas”*.

Por su parte en la sesión 8, reconoció y compartió lo siguiente: *“Super estresada y muy molesta pero ya estoy más tranquila y más relajada y sin más preocupación y hoy me siento muy Feliz”*. Finalmente en la sesión 9 le escribió una carta a su hermana y refiere que se sintió *“muy relajada y tranquila me desaogue un poco y escribi todo lo que yo traía”*. De igual forma, refiere que después de escribir la carta se sintió *“super bien”*.

## Anexo 2.4

### Participante 5

Asistencia: 8 sesiones

Inicialmente, la participante 5, refiere de manera escrita que no se siente del todo feliz, además se puede apreciar una confusión relacionada a lo que siente. *“No estoy completamente feliz me siento bien y contenta en ese momento llego a la casa no estoy enojada pero tampoco estresada no se”*. En la sesión 3 no hay participación debido a que no acudió, pero en la número 4 durante la técnica de exploración del color, por medio del trabajo que realizó, expresa que las emociones que plasmó, fueron: *“amor, alegría y entusiasmo”*. De la misma forma, reconoció de manera escrita que se sentía *“Emocionada, contenta y con ganas de trabajar”*. De manera verbal al estar en el momento de interacción con el resto de las participantes y tomando en consideración las notas de campo del día se puede mencionar que, expresa que en su trabajo fue plasmado el amor que siente hacia su esposo y lo amada que se siente por él. Tomando en cuenta la misma nota, se puede referir que, reconoce haber despertado con el deseo de consentirse, y por tal razón empleo esas imágenes en su trabajo.

Al inicio de la sesión 5, expresa que se siente contenta a través de un dibujo en el cual, colocó la manera en la que llegaba al grupo, así mismo por medio de la técnica de desarrollo humano titulada “mensaje yo”, primeramente reconoció ante qué situación se sentía con la emoción que se le brindaba y la plasmó de manera escrita. Posterior a esto, expresó de manera verbal frente al grupo 5 emociones y ante que sucesos se sentía así. Entre las emociones que expresó, frente al grupo se encuentran: felicidad, tristeza, emoción, amor y rechazo (resaltadas con negritas).

**Yo me siento feliz cuando: Principalmente los sábados q estamos todos en casa, lavando carros haciendo carnita y todos nos apoyamos en los caeseres de casa y los detalles q hay que arreglar en casa.**

**Yo me siento triste cuando: Mi hijo me habla fuerte o mi hija y no mi marido.**

**Yo me siento emocionada cuando: Salgo a pasear con amigas o primas**

**Yo me siento amada cuando: Mis hijos me abrazan y mi esposo me chicea o complace en lo q quiero**

**Yo me siento rechazada cuando: A mis hermanas les hablo fuerte y claro aunque se enojen les doy opciones.**

**Yo me siento preocupada cuando: Mis hijos salen de fiesta cuando mi marido sale a carretera q escucho que hay delincuencia**

**Yo me siento tranquila cuando: todos están sanos en la familia cuando economicamente se completa para los gastos y pagos**

**Yo me siento estresada cuando: Mis papás se enferman o q me ocupan mucho mis hermanos o que no reaccionen o q no entiendan las cosas y q para todo yo.**

**Yo me siento frustrada cuando: No salen mis planes en casa.**

**Yo me siento enojada cuando: No se hace en casa lo q les digo o ya quedamos en hacer algo.**

La participante no acudió a la sesión 6, pero en la 7 enfocada a la expresión del enojo, compartió que ella cuando está enojada lo expresa hablando *“hablo hablo y hablo mucho”*

además refiere que las situaciones que le producen enojo, son relacionadas al maltrato a los animales *“El maltrato a los animales especialmente al abandono de perros. En una ocasión me enoje con una persona q iba a atropellar a un perro, los seguí y le dije de cosas.”* Así como, cuestiones relacionadas al gobierno y la corrupción *“Al Gobierno corrupto y al gente q no reacciona y se somete siempre a lo q los diputados dicen, q siempre se salen con la suya.”*

Durante la sesión 8, enfocada a recordar y expresar emociones, la participante expresa situaciones de índole más personal, en comparación a sus intervenciones anteriores. Se tomó como referencia las notas de campo del día, en relación a ello se puede decir que la participante menciona que cuando nació su sobrino se sintió muy ligada, que desde que lo vio se la ganó y no pudo separarse de él, además comparte que esta situación en un inicio no fue fácil para ella a nivel de pareja, ya que su esposo no entendía el interés que tenía por su sobrino, menciona que la cuestionaba en relación a lo que ella quería hacer con él y que no la apoyaba, así mismo refirió que *“la gente la ve alegre y con su sobrino, pero que detrás de ello hay una historia que afortunadamente tuvo un final feliz, en relación a ello compartió que el proceso fue duro y triste para ella.*

La participante reconoce la emoción que experimentó al compartir con el grupo su situación ante el hecho de cuidar a su sobrino con síndrome de Down *“Me sentí algo triste al recordar problemas de años atrás... ..es algo q me mueve y como quiera me provoca llanto y tristeza”* así mismo expresa su postura en relación al tema *“no me gusta q me lo recuerden... soy muy reservada. y si me mueven hablo y no me gusta q los demás se enteren.*

En el desarrollo de la sesión 9 se redactó una carta donde se sugirió a las integrantes del grupo que escribieran algo que quisieran expresar, en este caso la participante, escribió una carta dirigida a su esposo, mencionándole su sentir ante situaciones a nivel de pareja. Entre el reconocimiento y expresión de las emociones se pueden destacar estas citas de la carta que realizó la participante:

me siento con la necesidad de expresar mis sentimientos a modo de desahogo... Tengo otras necesidades como q sea más cariñoso con migo q salgamos solos a pasear a bailar ntros solos pero no cambia yo no quiero un matrimonio así lo quiero pero para el es el trabajo mis hijos y luego yo... me siento que nadie me escucha...y principal mi marido me siento como en segundo lugar por q para el siempre llega y pregunta y los muchachos y eso me hace sentir algo de celos...quiero mucho a mi hija... siento que soy feliz pero no completamente

**Anexo 2.5****Participante 6****Asistencia: 7 sesiones**

En el transcurso de la sesión 3, la participante manifestó de manera escrita que la emoción que plasmó en su cartulina es *“Preocupación”*, así mismo, comparte que al estar desarrollando la actividad se sintió de la siguiente manera: *“relajada se me quito lo estresada”*. Finalmente comparte de manera escrita, que al terminar con su actividad experimentó. *“Tranquilidad”*. La participante 6 no tuvo asistencia a las sesiones 4 y 5, respecto a la sesión posterior, tomando en cuenta la nota del diario de campo del día, se puede mencionar que a ella le enoja el hecho de que su padre la deje sola en el negocio.

De la misma forma en la sesión 7, se trabajó con la expresión del enojo, en esta ocasión la participante reconoció y refirió de forma escrita que cuando se enoja lo hace de la siguiente manera: *“Gritando llorando Aventando cosas”*, al mismo tiempo comparte de manera escrita *“Mi enojo es porque no me puedo controlar con migo misma”* y al preguntarle con quién se siente enojada refiere de la misma manera: *“Con migo misma”*. Además en el transcurso de la sesión 8, la participante comentó: *“Me senti mas relajada, Mas tranquila al haber contado que ayer traía mucho coraje”*.



## Anexo 2.6

### Participante 7

#### Asistencia: 7 sesiones

Durante la sesión 3, la participante declaró de manera escrita y con ayuda de los materiales brindados: *“Amarillo Alegría Rojo Amor, emoción”*, así mismo reconoció y expresó de manera verbal y escrita, lo siguiente, al preguntarle cómo se sintió al estar desarrollando la actividad *“muy tranquila sentí que se quito mucho un estres que traigo en mi corazón”*. Continuando con las sesiones se puede referir que no tuvo asistencia a la sesiones 4 y 5. En lo que corresponde a la sesión 6, se puede mencionar tomando en cuenta la nota de campo del día, que la participante 7, experimenta enojo al ver que su esposo no colabora con ella para el cumplimiento de reglas, horarios y elaboración de tareas de su hija con síndrome de Down, así mismo comparte que le molesta que la contradiga, sin embargo refiere que siempre ha sido un buen padre, responsable y siempre ha cubierto todas las necesidades de la casa, todo lo anterior fue expresado de manera verbal ante el grupo.

En este mismo orden, se puede referir que la participante compartió en la sesión 7 que manifiesta su enojo *“Escuchando música”*, así mismo refiere que una situación que le genera enojo es: *“¿que no me hagan caso cuando pregunto algo? ¡que no me tomen en cuenta! Que no lleguemos a un acuerdo”*. En relación a la sesión posterior se puede comentar que reconoció y comunico de manera verbal y escrita las siguientes emociones: *“Me sentí triste por ya no tener a mi mama en casa... me dio mucha alegría compartir con mis compañeras sus sentimientos...Mucha alegría por cada comentario de cada una de ellas... me voy a sentir triste porque esta terapia ya se nos va a terminar me gustaría que volviera otra vez”*.

Para finalizar con las participaciones, mediante la redacción de una carta dirigida a su esposo, expresó lo siguiente:

Tengo 36 años de casada ...mi esposo, es tiempo ha sido muy serio no me dice lo que siente lo que trae cargando me inquieta mucho eso porque siempre le tengo que adivinar las cosas y para mí eso no me gusta. yo lo quiero mucho porque es mi esposo por ser el padre de mis hijos porque es muy responsable con todo lo que nos pasa pero eso de ser serio nunca he podido quitarselo y ahora con la niña que tuvimos es una bendición cambio un poquito pero la chifla mucho y la niña yo no puedo con ella por que el estira y le da todo y a mí no me parece... Pero a mi esposo lo quiero muchísimo a mis 5 hijos son todo mi Amor

Además manifiesta de manera escrita que cuando exteriorizó lo que quería decir se sintió *“Relagada”*.

## Anexo 2.7

### Participante 8

**Asistencia: 7 sesiones**

La Participante 8, durante la sesión 3, expresó con ayuda de los materiales utilizados, las siguientes emociones “contenta y Feliz, Alegre mui contenta”. Al preguntarle cómo se siente al terminar su actividad refiere: “que estoy con mi Familia muy Feliz”. Debido a que no asistió a la sesión siguiente no se tienen datos, pero referente a la número 5, se puede mencionar que reconoció y refirió primeramente de forma escrita, para posteriormente hacerlo ante el grupo de participantes, eligiendo 5 emociones (resaltadas con negritas), entre las que se encuentran:

**Yo me siento feliz cuando: salgo en Familia.**

**Yo me siento triste cuando: mi esposo me dise cosas.**

**Yo me siento estresada cuando: estoi cansada**

**Yo me siento frustrada cuando: me deja plantada mi esposo**

Yo me siento enojada cuando: mi esposo esta mandando a cada rrato

Yo me siento preocupada cuando: Tengo cosas quehacer.

Yo me siento tranquila cuando: boy con Tade

Yo me siento emocionada cuando: boy una Fiesta”

Yo me siento amada cuando: Estoy con mi hijos

Yo me siento rechazada cuando: hay problemas

En este mismo orden, en la sesión 6 según lo registrado en el diario de campo del día, la participante 8, refiere de manera verbal frente al grupo, que la molesta mucho la actitud de su esposo, debido a que le grita delante de la gente y tiene actitudes machistas. En relación a la sesión 7, menciona que expresa su enojo “Aventando cosas y viendo la televisión”, siguiendo en esta línea expresa que le produce molestia la siguiente situación “me molesta que mi hija le pega: a su niña para acerme enojar”.

Al continuar con la exteriorización de su enojo realiza un trabajo, que fue registrado en las notas del diario de campo del día, en el cual plasma y expresa verbalmente frente al grupo, el amor que tiene hacia su familia, colocando una imagen de una familia de osos, refiriendo que el oso del centro es su hijo con Síndrome de Down, conjunto a esto refiere que no guarda rencor ante las cosas que le han sucedido, además comparte que su esposo tiene un carácter difícil, que la desespera, pero que ella siempre busca estar contenta y realizar las cosas con alegría. Con respecto a la sesión 8 la participante expresa lo siguiente: “mi esposo no Le hallada a Tadeo: eso me provoca Fastidio: me siento Tranquila por estar con mis amigas: descubri que soy feliz”.

## Anexo 2.8

### Participante 9

**Asistencia: 7 sesiones**

La participante 9, manifestó durante la sesión 3 por medio de la cartulina y pinturas otorgadas, que las emociones que había plasmado fueron *”esperanza, alegría”*, así mismo, al realizar la actividad compartió: *“Me sentí emocionada”*, de igual manera al preguntarle cómo se sintió al terminar su trabajo refirió: *“Yo en este momento me siento ya un poco tranquila”*. En este mismo sentido, en la sesión 4, la participante exteriorizó a través de diversos materiales las emociones de *“Amor, Entusiasmo y Ternura”*, manifestando que al estar desarrollando la actividad sintió *“Entusiasmo”* y al terminar de realizarla manifestó sentirse *“Contenta alegre”*.

Durante las sesiones 5, 6 y 7, la participante no tuvo asistencia, debido a que colaboró con la actividad de limpieza del Instituto. Se reincorporó al grupo en la sesión 8, donde manifestó de manera escrita la emoción de satisfacción, refiriendo: *“me siento bién tranquila relajada sin ninguna emoción contraria me siento satisfecha con lo que tengo y lo que siento en este momento”*. Por el contrario en la sesión 9, mediante la redacción de su carta, dirigida a sí misma, se puede resaltar que reconoció y expresó lo siguiente:

tengo coraje conmigo misma porque no estoy de acuerdo como soy ni lo que ha sido mi vida ni aunque trate de cambiarla ya no podra ser igual pero podré tatar de cambiar mi forma de ser un poco tratar de ser una mejor persona cada día con los demas no alterarme, no gritar al hablar, no enojarme tan fácilmente aprender a controlarme ante las demas personas y escucharlas porque el escuchar y entender a las personas es lo que me hace falta y escucharme a mi misma es lo que me hace falta.

Cuando se le preguntó cómo se sintió al estar redactando su carta refiere de manera escrita: *“me quite un peso de encima”* de la misma manera comparte que al terminar de escribir lo que quería expresar se sintió: *“mas relajada”*.

## Anexo 2.9

### Participante 10

#### Asistencia: 6 sesiones

Debido a que la participante no tuvo asistencia en la sesiones 3 y 4, se comenzó con la recolección de la información a partir de la sesión 5, donde reconoció y expresó de manera escrita 10 situaciones que le producen diversas emociones, según sea el caso, posteriormente eligió y refirió de manera verbal frente al grupo 5 emociones y las situaciones que las generan (marcadas con negritas):

**Yo me siento feliz cuando: me reúno con mi familia cuando aprendo algo nuevo, cuando viajo, cuando medito. con los avances de mis hijos.**

**Yo me siento tranquila cuando: Veo que muchas de las cosas q he hecho les han servido a mis hijos. Cuando medito.**

**Yo me siento emocionada cuando: voy a ver a mis hijos, cuando voy a viajar**

**Yo me siento frustrada cuando: pienso en la carrera que no termine, cuando no tengo dinero suf para solucionar mis necesidades. Falta de una fam funcional de origen “si hubiera”**

**Yo me siento amada cuando: me abrazan, cuando me ven con afecto; recibo una llamada sin pedirme nada.**

Yo me siento preocupada cuando: pienso en el futuro económico mío y de mis hijos

Yo me siento triste cuando: me falta \$ para ayudar a mis seres queridos en sus necesidades con el “si hubiera”....

Yo me siento estresada cuando: no tengo suficiente dinero cuando dudan de mis palabras, me culpan de algo que no hice

Yo me siento enojada cuando: me enfrento a la inconsciencia y a la injusticia de las personas

Yo me siento rechazada cuando: mi pareja elige a otra persona mas joven. Cuando no soy invitada a una fiesta (por mi hijo o por \$)

Por su parte, en el transcurso de la sesión 6, al tomar en cuenta las aportaciones registradas en la nota del diario de campo del día, se puede mencionar que la participante refiere que existe enojo hacia ella misma con relación a un acontecimiento que vivió con su ex pareja, éste consistía en que su hija le refería que esta persona la veía mientras se bañaba y la participante no le creía, hasta que lo descubrió. Al terminar con la expresión de la situación que le producía enojo, la participante refirió de manera escrita que al estar desarrollando la técnica experimento las emociones de: *“Frustración, Vergüenza, Rechazo y Enojo”*.

En este mismo sentido, durante la sesión 7, la participante reconoce y expresa de manera escrita que cuando está enojada lo exterioriza de la siguiente manera: *“Llorando, Alejandome de todos, Guardando silencio, ademas de Corriendo, luego en internet busco algo de música, meditación o tema edificante”*. Así mismo, comparte de manera escrita una situación que le ha producido enojo: *“El rechazo a mi hijo por su padre, las mentiras de mi ex, mi credulidad después de una estafa de mi ex, ser demandada con mentiras por mi ex, los abusos de mi ex con mi niña, la indiferencia de mi ex con mi mijo”*. De esta misma manera refiere al preguntarle con quien se siente enojada comparte o siguiente: *“Conmigo misma”*.

Para finalizar con las aportaciones en la sesión 9, la participante a través de la redacción de su carta, la cual estuvo dirigida a su ex pareja, expresa lo que a continuación se mostrará, concluyendo que al escribir la carta se sintió “tranquila”

Te conocí en mi temprana juventud, me ilusioné en vivir juntos toda una vida labrar un futuro, en medio de la ilusión y la ignorancia tuvimos hijos... Sentí un fuerte dolor con rabia e impotencia cuando supe que me intercalabas con una chica de la edad de mi hija 25 años menor que tú. Sentí impotencia porque yo no tengo la fórmula de la eterna juventud para siempre agradarte y mantener firmes mis carnes. Rabia porque rompiste el acuerdo de estar juntos mientras hubiera un sentimiento entre nosotros y vi que ese sentimiento había terminado y no tuviste el valor de decírmelo; frustración porque esa familia ideal jamás llegaría... Ahora, cuando supe que te ibas de este mundo de nuevo llega la desolación y la confusión. Dolor de no saber qué hacer con estos sentimientos que están por ahí por los rincones de mi vida estorbando.... ya aprendí que puedo ser feliz aunque tú me hayas desechado por “aguadita”... gracias por todo ese dolor vivido junto a ti porque me ha empujado a estar donde ahora me encuentro.

## Anexo 2.10

### Participante 11

#### Asistencia: 6 sesiones

Durante la sesión 3, la participante plasmó a través de los materiales brindados “*Confianza, Esperanza, Fe, Amor*”, refiriendo que al estar realizando la actividad se sintió “*Relajada*” y al termino de ella experimento “*Tranquilidad*”. En la sesión siguiente no se contó con su participación debido a que por su trabajo solo podría tener asistencia a ciertos días de las sesiones, por tal motivo en los datos siguientes son de la sesión posterior, en la cual se reconocería y expresaría primeramente de manera escrita las situaciones que le generan ciertas emociones, para después elegir cinco de ellas y expresarlas de manera verbal frente al grupo (marcadas con negritas), en relación a esto, la participante expresó lo siguiente:

**Yo me siento feliz cuando: Comparto tiempo con mis hijos y esposo, contemplo la naturaleza.**

**Yo me siento tranquila cuando: Veo el mar, las montañas verdes, En gral. Cuando admiro la naturaleza**

**Yo me siento emocionada cuando: Veo los logros de mis hijos. vamos a salir de viaje.**

**Yo me siento frustrada cuando: Mis alumnos no se interesan por sus estudios y presentan pésima conducta.**

**Yo me siento amada cuando: Tienen bonitos detalles o comentarios para conmigo.**

Yo me siento preocupada cuando: Se enferma alguien de la familia, en especial mis hijos

Yo me siento triste cuando: Discuto con mi esposo, pienso en los retos que tendrá que enfrentar mi hijo en el futuro.

Yo me siento estresada cuando: Se me acumula el trabajo o no me alcanza el tiempo.

Yo me siento enojada cuando: No me prestan atención. Me topo con personas rudas sin educación.

Yo me siento rechazada cuando: Estoy en una conversación que no me interesa

En relación a la sesión 6, donde se trabajó la expresión verbal de alguna situación que le generará enojo, según la nota de campo del día, se puede referir, que la participante comentó que su enojo está dirigido hacia los adolescentes a los que les da clase, debido a que no les ve interés, así mismo se molesta con las autoridades del plantel educativo, porque no le otorgan la autoridad para corregir las conductas de los alumnos. Continuando con la expresión del enojo, en la sesión 7, reconoce y expresa de manera escrita que cuando se encuentra enojada lo exterioriza “*Gritando y también guardando silencio*”. En esta misma línea comparte de manera escrita y posteriormente verbal, una situación que le produce enojo, agregando que esta emoción está dirigida a “*Auxiliares y directivos*”, la situación es la que se muestra a continuación:

El que no haya medidas disciplinarias mas fuertes para con los alumnos que, son muy problemáticos en el salón de clases ocasionando un desgaste emocional fuerte en los maestros que perdemos mucho tiempo controlando la disciplina en lugar de trabajar con el grupo.

En la sesión 8 se continúa trabajando con la expresión de las emociones, en este caso la participante expresa frustración refiriendo lo siguiente:

Cuando uno expresa los causantes de esta emoción, pienso que es más fácil asimilarla. Me hace analizar que es lo que me hace sentir de este modo específicamente, para de esta forma establecer estrategias para sobrellevarla y no me haga daño e influya en mi estado de ánimo. En ocasiones es difícil manejar la frustración puesto que los causantes o se pueden cambiar sin embargo, yo sí puedo cambiar mi actitud frente a esta.

## ANEXO 3

### Autorreconocimiento y expresión de emociones

#### Anexo 3.1 ¿Cómo llego al grupo?





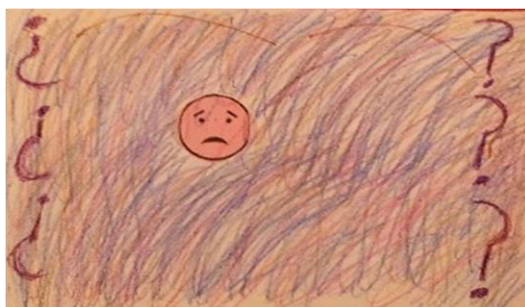
### Anexo 3.2

**Técnicas artísticas: Expresión de emociones a través de las texturas.**



### Anexo 3.3

**Técnicas artísticas: Expresión del enojo.**



### Anexo 3.4

#### Técnicas de Desarrollo Humano.



### Anexo 3.5

#### Interacción entre las participantes del grupo.

